PARALELA 45

PRACTIC

MICHEL ODOUL

Învață să înțelegi semnalele pe care le transmite corpul tău

GHIDUL COMPLET AL DURERILOR FIZICE

TERAPII PSIHOENERGETICE

Michel Odoul

Ghidul complet al durerilor fizice

Terapii psihoenergetice

Prefaţă de dr. Thierry Médynski

Traducere din limba franceză de
Delia Petrescu

Acestui Stăpân Interior care ştie atât de bine să ne inspire atunci când lăsăm viaţa să trăiască şi să respire înlăuntrul nostru...

În medicina occidentală, un anumit teren genetic predispune la o anumită boală. Această predispoziţie poate fi congenitală (sistemul HLA) sau dobândită (mutaţie cromozomială). În Orient, boala este indiciul că există o piedică în Calea Vieţii. Conştiinţa exprimă astfel, prin tulburări energetice generatoare de boli, obstacolele apărute în calea deplinei sale dezvoltări.

Cele două viziuni nu sunt obligatoriu incompatibile, mai ales că, de exemplu, la şoarecii care trec prin experienţa stresului provocat pot apărea alterări cromozomiale. De aceea, la indivizii care au exact acelaşi teren genetic, într-un caz suferinţa se manifestă, iar în altul, persoana rămâne sănătoasă.

În loc să ne lansăm în manipulări genetice complexe şi riscante, pare a fi mult mai simplu, mai logic şi mai puţin costisitor (în această perioadă de restricţii bugetare) să înţelegem mecanismele psihoenergetice care stau la baza afecţiunilor, pentru a regăsi starea de sănătate.

În acest sens, cartea lui Michel Odoul este un manual practic, perfect pentru toţi cei care doresc să decodeze limbajul corpului. Citindu-l, vom învăţa poate să nu mai vedem boala ca o întâmplare nefericită în viaţa noastră sau ca o fatalitate, ci, mai degrabă, să înţelegem că este un mesaj al conştiinţei noastre, al fiinţei noastre lăuntrice, al Stăpânului Interior. Probabil, vom fi capabili să descoperim în spatele unei anumite suferinţe „o boală creatoare", în sensul că aceasta poate deveni un mijloc care să ne ajute să progresăm în evoluţia noastră.

Dezvăluindu-ne într-un mod atât de clar şi de simplu mecanismele psihoenergetice care guvernează organizarea

macrocosmosului şi a microcosmosului conform abordării taoiste, autorul ne conduce spre descoperirea înţelesului problemelor pe care le avem, în funcţie de localizarea simptomului suferinţei pe care o resimţim. El ne oferă rezultatul experienţei sale faţă de problema delicată a lateralităţii simptomelor, chestiune care a rămas mult timp pentru mine un subiect vast, din păcate rar abordat sau neclar din cauza unor concluzii contradictorii. Răspunsul dat de această carte mi-a luminat experienţa bolii în calitate de pacient. Lucrarea poate fi însă, la fel de bine, şi un ghid preţios pentru exerciţiul medical, părându-mi-se cu atât mai potrivită cu cât este în acord cu viziunea tradiţiilor occidentale, aşa cum a demonstrat, de exemplu, Annick de Souzenelle.

Acest demers ne arată preţul la care viaţa îşi capătă cu adevărat sensul – înseamnă nu numai creşterea şi cucerirea responsabilităţii, ci şi a libertăţii noastre. Însă, ca acest lucru să se întâmple, trebuie să renunţăm la a ne mai refugia în spatele imaginii de salvator-vindecător atotputernic a doctorului.

Lucrarea le este utilă, de asemenea, medicilor care doresc să-şi lărgească aria de cunoştinţe dincolo de simpla apropiere mecanică de om, pentru ca aceştia să poată îndruma orice fiinţă umană către înţelegerea şi realizarea drumului ei. Cum obiectivul major al secolului al XXI-lea constă în reconcilierea contrariilor, am putea şi noi să visăm la ziua în care medicina alopată, homeopatia, acupunctura, abordarea psihosomatică şi medicina orientală (sau cel puţin principiile medicinei filosofice) vor conviețui în armonie.

Dr THIERRY MÉDYNSKI

Doctorul Médynski, medic homeopat şi psihosomatician, este coautor la cartea Psychanalyse et ordre mondial, *apărută la Editura Montorgueil, Franţa.*

Avertisment

Toate exemplele citate în această carte sunt reale. Totuşi, din raţiuni de păstrare a anonimatului, persoanele nu sunt identificate decât prin prenumele lor, care, şi acestea, au fost modificate. Orice asemănare cu cineva care are acelaşi prenume şi trăieşte o situaţie asemănătoare este, fără îndoială, semnul că ceea ce scrie în această carte este just, dar, în niciun caz, nu e vorba de aceeaşi persoană.

Cuprins

Prefață 5
Introducere 9

Prima parte **13**

Câteva date filosofice. Care ar putea fi jocul vieții? **13**
Procesul incarnării 14
Calea Vieții sau Legenda Personală 15
Cerul Anterior și Cerul Posterior 19
Conștientul și Nonconștientul 27
Interpretările fiziologice 43
Tensiuni fizice și psihice 44
Traumatismele corpului și ale membrelor 45
Bolile organice și psihice 47
Actele „ratate" 49
„Efectul oglindă" 51

Partea a doua **57**

Cum se întâmplă toate acestea?
Cum se leagă lucrurile în noi? **57**
Conceptul „Omul, între Cer și Pământ" 57
Energiile Yin și Yang în om 57
Cum funcționează, se structurează și se echilibrează energiile 68
Cum circulă energiile înlăuntrul nostru (meridianele) 73
Repartizarea Yin/Yang în corp 78
Partea de jos și partea de sus 78
Dreapta și stânga 80
Partea profundă și partea superficială 81
Ce anume leagă lucrurile în noi (meridianele și cele cinci principii)? 81

Partea a treia **97**
Starea locurilor. Mesajele simbolice ale corpului **97**
Despre folosinţa fiecărui organ
sau a fiecărei părţi a corpului *97*
Ce funcţii îndeplinesc diferitele părţi ale corpului nostru? *102*
Scheletul şi coloana vertebrală *104*
Ce funcţii îndeplinesc diferitele noastre organe? *151*
Celelalte părţi ale corpului şi suferinţele speciale *183*
Încheiere **203**

Niciun om nu poate să vă dezvăluie nimic afară numai de ceea ce se odihneşte, pe jumătate adormit, în zorii cunoaşterii voastre.

Khalil Gibran

„Trăim într-o epocă modernă", spunea un cunoscut comentator de radio. Trăim într-o epocă în care comunicarea şi mijloacele ei nu au fost nicicând mai dezvoltate, mai puternice şi mai „performante". Imaginea omului actual este cea de „cadru dinamic", aşezat în spatele biroului său împânzit de telefoane fixe sau portabile, fax, minitel sau computer, toate reprezentând accesorii ale puterii sale de comunicare instantanee cu lumea întreagă.

Totuşi, tabloul acesta nu este nici pe departe atât de idilic precum l-am prezentat. Comunicarea, de cele mai multe ori goală, lipsită de substanţă, nu face decât să întreţină o iluzie a ei (atunci când, de altfel, nu este practicată în mod deliberat). Toate aceste gadgeturi nu sunt decât proteze, excrescenţe compensatorii ale incapacităţii noastre de a fi şi de a ne schimba cu adevărat, care ne permit, de fiecare dată, să trişăm ceva mai mult sau să ne depăşim frica de celălalt. Este de ajuns să constatăm succesul fulminant al minitelului sau al e-mail-urilor pentru a ne lăsa convinşi.

Modul de viaţă actual, omniprezenţa şi suveranitatea mass-mediei, capcana materialismului, accelerarea permanentă a vieţii cotidiene ne-au făcut să ajungem, încet-încet, să confundăm viaţa cu existenţa, viaţa cu agitaţia, viaţa cu frenezia. Acest lucru se realizează, de cele mai multe ori, cu consimţământul nostru implicit, chiar la cererea noastră. *Mereu mai mult, mereu mai repede,* iată sloganul sau laitmotivul nostru... Ca să facem „ce"? Ca să ne trezim într-o zi, indiferent de vârstă, bolnavi sau deprimaţi, constatând cu tristeţe că am trecut pe lângă noi înşine, pe lângă propria viaţă?

Societatea în care trăim, educaţia pe care am primit-o şi o uşoară superficialitate ne-au făcut să căutăm satisfacerea dorinţelor în afara noastră. Învăţăm deci să conducem, să stăpânim, să dominăm, să posedăm sau să comunicăm cu „exteriorul". Această cursă contracronometru ne îndepărtează în fiecare zi, puţin câte puţin, de noi înşine şi ne goleşte de propria substanţă. Numai moartea sau boala ne readuc, obligatoriu, cu forţa, faţă în faţă cu noi înşine. În acel moment, confuzia este mare.

Oare cine este omul pe care îl descoperim, trist, în oglindă? Cine este fiinţa cvasinecunoscută care zace acolo, în pat? Ce înseamnă acest corp care ne doare? El este totuşi primul şi adevăratul nostru interlocutor. Cel cu care însă nu am vorbit niciodată cu adevărat, pe care nici nu am avut timp să-l cunoaştem, adică este vorba chiar de noi înşine. Descoperirea pe care o facem este uluitoare şi de neacceptat pentru noi, aşa că îi cerem medicului să ne dea „ceva" care să facă să înceteze suferinţa ce nu trebuie să-şi găsească locul în viaţa noastră. Şi totuşi, dacă am şti! Durerile nu sunt altceva decât ţipetele disperate pe care viaţa şi propriul corp le trimit spre urechile noastre înfundate, asurzite de zgomotul pe care îl facem tot agitându-ne. Sunt semnale de alarmă, dovezi ale dezechilibrelor interioare, dar noi nu le putem auzi şi, cu atât mai puţin, înţelege.

Intenţia lucrării de faţă este de a remedia această greşeală, făcându-ne să deschidem urechile. Vom reaşeza fiinţa umană în mediul şi în globalitatea ei. Vom învăţa, în sfârşit, să ne recunoaştem şi să ne înţelegem durerile, tensiunile şi suferinţele ca să devenim conştienţi de mesaj şi să facem ceea ce trebuie ca să schimbăm situaţia.

După mulţi ani de practicare a tehnicilor energetice şi, în special, a celor de shiatsu, am putut constata până la ce punct corpul fiecăruia dintre noi vorbeşte (strigă chiar) despre suferinţele adevărate, cele interioare. Realitatea noastră profundă, inconştientul, psihicul, sufletul (pe care fiecare îl

alege), toate ne vorbesc, ne spun în permanenţă „ce" nu merge. Dar se pare că noi nu ascultăm, nu auzim. Oare de ce?

Raţiunile „surdităţii" noastre sunt duble. În primul rând, nu suntem capabili sau nu dorim să ascultăm aceste mesaje „naturale" care ne sunt trimise (vise, intuiţii, premoniţii, senzaţii fizice etc.). Trebuie deci să devenim din ce în ce mai tari şi mai puternici (boli, accidente, conflicte, moarte etc.) pentru a le auzi în sfârşit sau pentru a ne opri forţat. În al doilea rând, nu putem, în cea mai mare parte a timpului, să evităm, să percepem durerea (cum să facem altfel?), nu ştim să o decodăm, să o citim. Ea poate servi doar la stoparea momentană a procesului inadaptat, dar nu şi la înţelegerea şi la schimbarea lui radicală. Nimeni nu ne-a învăţat să interpretăm toate aceste fenomene. Ştiinţa ne-a împărţit corpul în „parcele" şi l-a separat de spirit. Ea îl examinează, îl disecă şi îl studiază ca pe o maşină, iar medicii au devenit, în mare parte, „mecanici" excelenţi. Suntem ca nişte marinari care primesc mesaje morse fără să fi învăţat vreodată acest cod. Bipul neîntrerupt sfârşeşte prin a fi dezagreabil şi ne deranjează. Atunci, facem apel la mecanicul de bord pentru a bloca sistemul sau, şi mai grav, pentru a tăia firele ca să-l facă să tacă şi, astfel, să avem parte de o pace aparentă. Se pare însă că bipul ne prevenea că exista o breşă în „carcasa" noastră care ar fi trebuit închisă.

Tocmai acest limbaj vom învăţa să-l descifrăm. Şi vom încerca nu numai să-l învăţăm, ci şi să-l înţelegem. Nu mi se pare în regulă să ajungeţi, pur şi simplu, la concluzia că, dacă vă doare într-un loc, asta înseamnă „ceva". Acest lucru presupune simptomatologie elaborată. De asemenea, cred că este important de explicat de ce totul funcţionează în acest fel. Din acest motiv, cartea se împarte în trei părţi distincte.

În prima parte, vă propune un demers filosofic global, holistic, al omului şi al existenţei sale, poziţionându-l într-un ansamblu coerent, unde lucrurile se leagă între ele. Vom putea înţelege mai bine „raţiunile alegerilor noastre",

stabilind legătura psihicului, a sufletului, a psihologiei conştiente şi a celei inconştiente cu corpul fizic.

În cea de-a doua parte a acestei lucrări, mă voi concentra asupra codificării taoiste a energiilor şi reaşezării omului în mediul său energetic. Yin şi Yang sunt meridianele de energie cunoscute în acupunctură. Cu ajutorul lor, vom vedea cum lucrurile se leagă între ele înlăuntrul nostru.

În a treia şi ultima parte, voi prezenta „starea locurilor". Vă voi explica într-un mod simplu rolul pe care îl are fiecare parte a corpului nostru. În sfârşit, vă voi arăta care sunt efectele produse de anumite „cauze", adică voi descifra, pe înţelesul tuturor, simbolistica fiecărui mesaj lansat de corp.

Cel care are o idee corectă despre providenţă
nu se opreşte lângă un zid care *stă să se dărâme.*
Mong Tseu

Prima parte

Câteva date filosofice. Care ar putea fi jocul vieţii?

Mi se par dificil de înţeles relaţiile dintre corp şi spirit şi, în consecinţă, semnificaţia durerilor corpului prin referire la rănile sufletului dacă nu lărgim aria privirii pe care o îndreptăm asupra umanului şi a vieţii. În cazul în care rămânem la stadiul omului „maşină", adică al celui compus din piese independente şi interschimbabile în funcţie de progresul tehnic al ştiinţei, relaţiile pe care le voi stabili ulterior sau care au fost făcute de alţi autori vor părea că ţin de magie, de clarviziune sau de imaginar pur şi simplu.

Problema care se pune este să ştim cum şi de ce să stabilim o legătură între manifestările fizice, simptomele, bolile sau accidentele şi ceea ce se petrece în noi. Cercetarea „mecanicistă" nu o poate face, căci este prea „lipită" de simptom, iar câmpul ei de observaţie este extrem de restrâns, indiferent că e vorba de timp sau de spaţiu. Acest fapt o împiedică să meargă la adevărata cauză, care nu se poate justifica decât prin hazard (accident) sau prin elemente care ne sunt exterioare (viruşi, microbi, hrană, mediu etc.).

Mărindu-ne aria de observaţie şi studiind omul în globalitatea sa fizică şi temporală, reuşim din nou să legăm lucrurile. Este ceea ce s-a presupus că fac religiile (din latinescul *religere*, care înseamnă a *uni*, a *lega*), dând fiinţei umane veritabila sa dimensiune, şi anume să fie, înainte de toate, spirituală. Vom putea astfel înţelege raţiunea de a fi a omului şi, în consecinţă, de asemenea, cauzele stării sale de rău.

PROCESUL INCARNĂRII

Conform codificării orientale, viaţa a ieşit din Haos. Ştiinţa modernă şi, mai ales, mecanica cuantică „descoperă" astăzi că magma informă, dezordinea aparentă sau Haosul s-au ordonat sub acţiunea unei forţe structurante, numite Tao. Aceasta este, la rândul ei, structurată, manifestându-se prin Yin şi Yang, ale căror reprezentări terestre sunt Cerul (Yang) şi Pământul (Yin) (a se vedea ilustraţia de la pagina 68).

Plasat între aceşti doi poli, omul reprezintă întâlnirea dintre cele două expresii energetice Tao, asupra cărora voi avea ocazia să revin ulterior. Ieşind din magma haotică, fiinţa umană nu este decât o vibraţie energetică fără formă aparentă, pe care taoiştii o numesc Shen Prenatal şi pe care noi o numim spirit sau suflet în funcţie de convingeri. Ca să poată exista, acest Shen se va baza pe vibraţiile Yin ale unei femei (mama) şi pe vibraţiile Yang ale unui bărbat (tatăl). Savantul amestec dintre cele trei energii (Shen + energia mamei + energia tatălui) îi va permite să se incarneze, adică să existe într-un corp fizic.

Procesul incarnării este, bineînţeles, mult mai elaborat. Am scris despre acest fenomen într-o altă lucrare, mai complexă, explicând pe parcursul unui capitol cum se petrec lucrurile la nivelul energiilor. Găsesc că această clarificare este suficientă pentru a putea să înţelegem ceea ce urmează. Este interesant pentru noi să studiem felul în care se derulează fenomenul întrupării folosindu-ne de noţiunile „Cer Anterior" şi „Cer Posterior" şi urmărind un fel de fir conducător pe care tradiţia îl numeşte „Calea Vieţii". Îmi place şi termenul pe

care îl foloseşte Paulo Coelho în foarte frumoasa lui carte *Alchimistul*, cel de „Legendă Personală", care exprimă, la fel de bine, aceeaşi semnificaţie profundă şi iniţiatică ca şi „Calea Vieţii".

CALEA VIEŢII SAU LEGENDA PERSONALĂ

Calea Vieţii este un fel de fir conducător pe care orice fiinţă umană îl urmează de-a lungul întregii sale existenţe. O putem compara cu scenariul unui film sau cu jurnalul de bord al piloţilor de curse din zilele noastre. Noi înaintăm pe acest drum folosind un vehicul personal care este, de fapt, corpul nostru fizic. Orientalii ne propun o imagine extrem de interesantă pentru acest vehicul şi pentru Calea Vieţii. Suntem, spun ei, asemenea unei căruţe sau unei caleşti care reprezintă corpul nostru fizic şi care circulă pe un drum simbolizând viaţa sau, mai degrabă, Calea Vieţii. Să vedem până unde putem dezvolta această reprezentare.

Drumul pe care circulă Caleaşca este unul de pământ. Ca toate drumurile de pământ, el are, de o parte şi de alta a sa, hârtoape şi movile, pietre, urme şi şanţuri. Gropile sau locurile mai ridicate şi pietrele sunt dificultăţile, loviturile vieţii. Urmele sunt schemele deja existente pe care le preluăm de la alţii şi pe care le reproducem. Şanţurile, mai mult sau mai puţin adânci, reprezintă regulile. Limitele peste care, dacă trecem, negreşit vom primi o pedeapsă sub forma unui accident. Acest drum are uneori curbe care împiedică vizibilitatea sau, alteori, traversează zone de ceaţă sau de furtuni. Toate sunt etape ale vieţii noastre, de-a lungul căreia „ne rătăcim" sau ne este greu să vedem clar ori să anticipăm un obstacol, căci nu putem zări nimic din ceea ce se află „în faţă".

Această Caleaşcă este trasă de doi cai, unul alb (Yang), care se află în stânga, şi unul negru (Yin), în dreapta. Caii simbolizează emoţiile, ceea ce ne arată până la ce punct ele ne „trag", adică ne conduc în viaţă. Caleaşca este condusă de un Vizitiu, care reprezintă mentalul, Conştientul nostru.

Are şi patru roţi, două în faţă (braţele), care dau direcţia sau, mai degrabă, imprimă direcţia dată de Vizitiu cailor, două în spate (picioarele), care poartă şi transportă încărcătura (ele sunt întotdeauna mai mari decât cele din faţă). În Caleaşcă se află un pasager pe care nu-l vedem. Este vorba de Stăpânul sau Ghidul Interior al fiecăruia dintre noi, al Nonconştientului, al Conştiinţei noastre holografice. Creştinii îl numesc „Înger păzitor".

Caleaşca personală înaintează deci pe drumul vieţii, dirijată, în aparenţă, de Vizitiu. Spun bine în aparenţă deoarece, chiar dacă el este cel care conduce, pasagerul indică destinaţia. Este o explicaţie pe care o vom găsi ulterior, la subiectul despre Cerul Anterior şi Nonconştient şi despre alegerile stabilite de Shen Prenatal, apoi de Shen Întruchipat. Vizitiul, care reprezintă mentalul nostru, conduce Caleaşca. De calitatea vigilenţei sale, dar şi de conduită (fermă, dar blândă în acelaşi timp) vor depinde valoarea şi confortul călătoriei (existenţa). Dacă el brutalizează caii (emoţiile) şi îi jigneşte, aceştia vor fi cuprinşi de nervozitate şi, la un moment dat, vor scăpa din frâu, riscând să îndrepte Caleaşca spre un accident, exact la fel cum emoţiile noastre ne pot conduce câteodată spre acte iraţionale, adică periculoase. În cazul în care cel care conduce este prea relaxat, dacă îi lipseşte vigilenţa, atelajul va trece peste urmele lăsate de alţii (reproducerea schemelor parentale, de exemplu), iar noi vom urma tiparele altora, riscând să cădem în aceleaşi „gropi" ca şi ei, în eventualitatea în care acest lucru s-a întâmplat cu predecesorii noştri. De asemenea, dacă nu este vigilent, Vizitiul nu va şti să evite hârtoapele, ridicăturile şi denivelările (loviturile, erorile vieţii), iar călătoria nu va fi foarte confortabilă pentru Caleaşcă, pentru Vizitiu şi nici pentru Stăpânul sau Ghidul Interior.

Dacă Vizitiul doarme sau nu ţine hăţurile (emoţiile), atunci caii sunt cei care vor dirija Caleaşca. Avem situaţia în care calul negru este mai puternic (pentru că l-am hrănit mai bine) – atunci Caleaşca va trage spre dreapta şi va fi ghidată

spre imaginile afective materne. Dacă de calul alb ne-am ocupat mai mult şi acesta domină, Caleaşca va trage spre stânga, spre reprezentările emoţionale paterne. Dacă Vizitiul mână prea repede, forţează prea tare, aşa cum facem şi noi câteodată, sau caii se avântă prea mult, şanţul în care va intra va determina accidentul, oprind, mai mult sau mai puţin violent, tot atelajul, provocând stricăciuni într-o măsură mai mare sau mai mică (accidente sau traumatisme).

Câteodată, o roată sau o piesă de la Caleaşcă se strică, fie pentru că este fragilă, fie pentru că aceasta a trecut peste prea multe dâmburi şi a intrat în prea multe şanţuri (acumulare de comportamente, atitudini inadecvate). Atunci trebuie reparată şi, în funcţie de gravitatea stricăciunii, fie o putem rezolva noi înşine (odihnă, cicatrizări), fie trebuie să chemăm pe cineva în ajutor (medicină naturistă), fie, şi mai grav, apelăm la un „reparator" (medicina modernă). Dar, indiferent de situaţie, important este să nu lăsăm ca piesa să fie schimbată. De asemenea, este esenţial să ne gândim şi la conduita Vizitiului, la modul în care ne putem schimba comportamentul, atitudinile în faţa vieţii, dacă nu vrem ca „pana" să se repete.

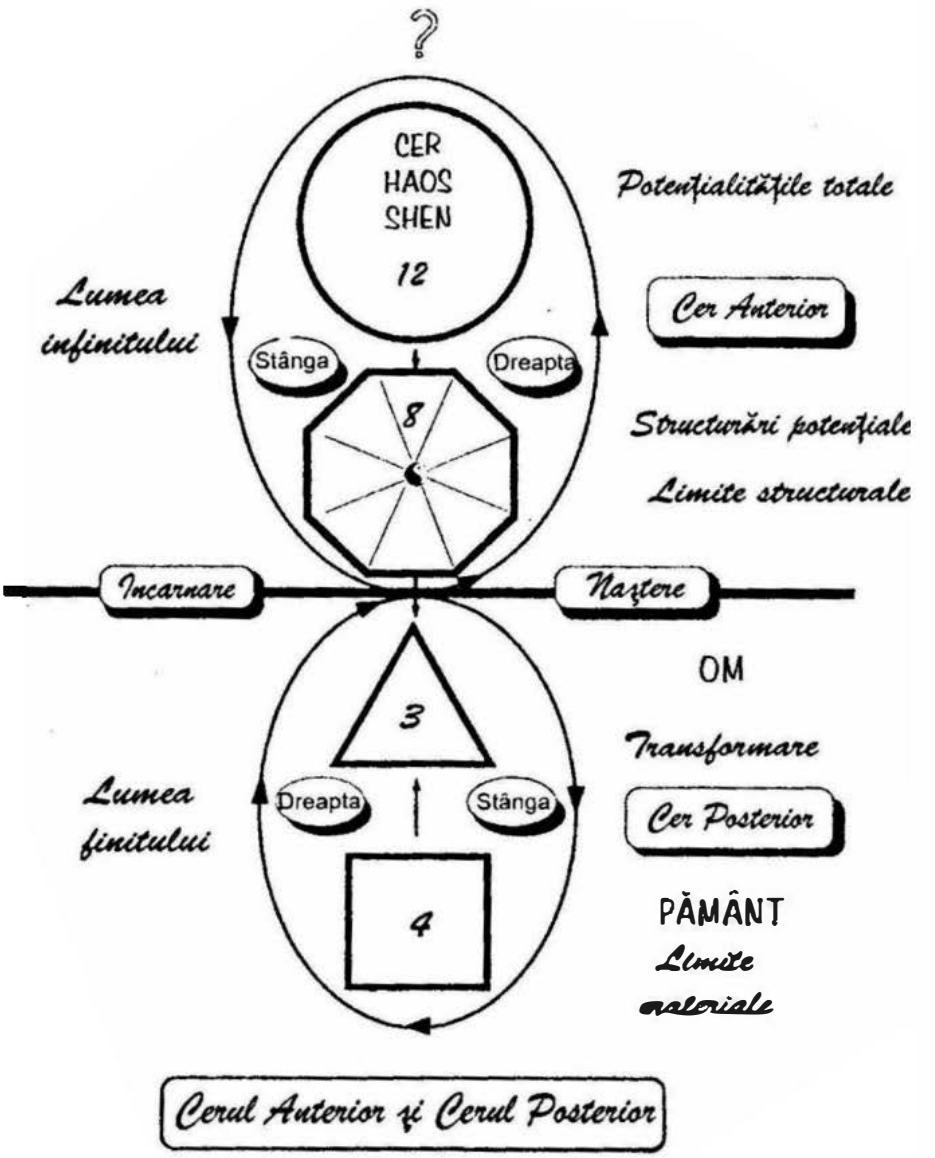
Uneori, Caleaşca traversează zone cu vizibilitate redusă, ceea ce înseamnă că nu vedem cu adevărat pe unde mergem. Poate fi vorba de o simplă cotitură, pe care o putem anticipa, observând-o din timp. Atunci este necesar să încetinim, să ne dăm seama ce direcţie ia drumul nostru şi să urmăm curba, ţinând bine caii în hăţuri (să ne stăpânim, de exemplu, emoţiile când trecem printr-o fază de schimbare dorită sau suportată). Dacă este vorba de ceaţă sau furtună, conducem Caleaşca anevoios, cu eforturi mari, fiind obligaţi „să navigăm la vedere", încetinind viteza şi bizuindu-ne pe bornele care ne indică drumul. În această etapă, trebuie să avem încredere totală, „oarbă" chiar, în Calea Vieţii (legi naturale, reguli ale tradiţiei, credinţă etc.) şi în Stăpânul sau Ghidul Interior (Nonconştientul) care alege drumul. Sunt momente ale existenţei noastre când rătă-

cim prin „ceaţă", neştiind spre ce ne îndreptăm. În aceste situaţii, nu putem face altceva decât să lăsăm viaţa să ne arate direcţia.

Din când în când, ajungem la răscruce de drumuri. Dacă nu există indicatoare, nu ştim încotro să ne orientăm. Vizitiul (mentalul, intelectul) poate mâna caii la întâmplare. Riscul de a ne înşela sau de a ne rătăci este mare. Cu cât Vizitiul este mai sigur pe el, convins că ştie totul şi că stăpâneşte totul, cu atât se va gândi că ştie ce direcţie să aleagă şi cu atât riscul va fi mai mare. Ne vom afla atunci sub domnia „tehnocraţiei raţionaliste", în care raţiunea şi intelectul cred că pot rezolva totul. Dacă este însă umil şi onest cu el însuşi, îl va întreba pe pasager (Stăpânul sau Ghidul Interior) ce drum ar fi mai bine să urmeze. Ştiind încotro se îndreaptă, acesta din urmă îi va putea indica Vizitiului destinaţia finală, cu condiţia ca el să fie capabil să-l asculte. În sfârşit, Caleaşca, hurducându-se, face câteodată mult zgomot, fiind necesar ca Vizitiul să se oprească pentru a putea avea un dialog cu Stăpânul sau Ghidul Interior. Este vorba despre pauzele şi retragerile pe care le facem câteodată pentru a ne regăsi, căci ni se întâmplă uneori să ne rătăcim.

Iată o imagine simplă, dar care redă foarte bine ce înseamnă Calea Vieţii. Cu ajutorul ei, putem înţelege cu uşurinţă în ce fel se petrec lucrurile în viaţa noastră şi ce ne determină să derapăm din când în când. Mai departe, vom lărgi puţin această prezentare, abordând noţiunile *Cer Anterior* şi *Cer Posterior*, *Conştient* şi *Nonconştient*, care aparţin structurii Căii Vieţii, Legendei Personale.

CERUL ANTERIOR ŞI CERUL POSTERIOR



Filosofia taoistă consideră că există două planuri în viaţa unui om. Primul este cel care precede naşterea şi al doilea este cel care se situează după acest moment. Naşterea marchează trecerea pragului dintre cele două „Ceruri". Cerul Anterior reprezintă deci tot ceea ce „este" sau se întâmplă înainte de naştere, adică momentul în care omul se arată în lumea noastră. Cerul Posterior simbolizează tot ceea ce „este" sau se întâmplă după momentul naşterii până la

moarte. Schema anterioară ne permite să vizualizăm mai bine şi, analizând-o, vom putea detalia diferitele niveluri.

➢ Cerul Anterior

Ce se întâmplă aici? Cine este cel care se joacă la acest nivel? Cerul Anterior reprezintă întreaga etapă preexistenţială a unui individ. Acolo, există Shen Prenatal, care se structurează, considerându-se că se apropie cel mai mult, conceptual vorbind, de sufletul nostru occidental. Este Cerul care corespunde lumii infinitului, căci nu are limite nici în timp, nici în spaţiu. Poartă în el toate posibilităţile vieţii şi poate fi reprezentat printr-un cerc (ale cărui puncte componente sunt la distanţă egală de centru). Ne aflăm la nivelul Haosului, al magmei originare. Shen Prenatal individual aparţine acestei lumi aşa cum picătura de apă aparţine oceanului. Ea îşi păstrează „conştiinţa" individuală de picătură de apă, având în acelaşi timp prezentă în memorie apartenenţa la global, adică la ocean.

Îmi place să utilizez, pentru a ilustra această conştiinţă, imaginea hologramei. Într-o hologramă, fiecare punct se plasează în mod coerent (lumină) deoarece ştie că este purtătorul tuturor datelor, al memoriei celorlalte puncte. Acestea sunt motivele pentru care folosesc pentru Shen sau Conştiinţă – scris cu iniţiale – termenul de „Conştiinţă Holografică", pe care o regăsim la nivelul cel mai fin al fiinţei umane. Ea ne permite să înţelegem mai bine în ce fel se decide creşterea celulei începând de la stadiul de ou până la cel de om (sau animal), precum şi procesul permanent de reînnoire celulară. Permite, de asemenea, lansarea unei ipoteze interesante pentru aceste mistere extraordinare care sunt, pe de o parte, cicatrizarea şi, pe de altă parte, bolile „structurale", adică SIDA, bolile autoimune, cancerele. Scopul fiecărui Shen individual este acela de a-şi realiza Legenda Personală şi, pentru asta, trebuie să trăiască toate polarităţile existenţiale, să treacă dincolo de ele şi să devină ceea ce numim o fiinţă „realizată". Tuturor ne sunt date „muncile lui Hercule", pe

care trebuie să le ducem până la capăt. Limitele materiale ale lumii manifestate (timp, spaţiu, materie) nu permit o trăire simultană a tuturor acestor posibilităţi, astfel că Shen va trebui să le reia, de un anumit număr de ori, pentru a epuiza toată paleta disponibilă. Este o reuşită la care se ajunge prin trăire. Shen trebuie deci să se întrupeze, adică să înveţe într-o şcoală specială, care este cea a vieţii. Dar, aşa cum este şi la şcoală, anumite clase sau anumite lecţii pot fi câteodată foarte dificil de integrat, de acceptat sau, pur şi simplu, chiar de înţeles. Atunci Shen trebuie să repete clasa. În concluzie, va fi necesar să se reincarneze pentru a relua lecţia din punctul în care a abandonat-o. Acesta este chiar principiul reincarnării. De altfel, vom vedea mai departe că, pentru Cerul Posterior, există un principiu echivalent, „reproducerea schemelor", viaţa conştientă şi prezentă.

Ne aflăm în faţa conceptului „karmic" al vieţii, despre care unii autori au vorbit deja. Eu aş vrea numai să reamintesc argumentul de bază al karmei, care este enunţat uneori într-o manieră nesatisfăcătoare. Vorbim, într-adevăr, despre o conceptualizare evolutivă a vieţii şi nu despre o filosofie punitivă, despre care unele spirite, ele însele vinovate, marcate de cultura lor iudeo-creştină, vorbesc uneori, în care cred sau se prefac a crede. Nu revenim pe Pământ ca să ispăşim, să plătim sau să suferim de pe urma comportamentelor trecute. Acesta este un punct de vedere maniheist şi nu corespunde cu nimic nivelului energetic al lucrurilor, unde noţiunile bine şi rău nu există. De altfel, toate acestea nu pot avea sensuri „istorice" în înlănţuirea karmelor, din moment ce noţiunile de valoare se schimbă în funcţie de epoci, tradiţii, culturi. Principiul karmic este mult mai simplu şi se bazează pe necesitatea experimentării şi integrării tuturor posibilităţilor vieţii. Şcoala vieţii se derulează la fel ca toate şcolile (ce întâmplare), cu ore de clasă, cu recreaţii, cu lecţii de învăţat şi de înţeles, până când reuşim să le integrăm. De asemenea, primim, bineînţeles, „facturile" pentru comportamentele neînsuşite (dacă nu respectăm regulile jocului, dacă avem o

comportare nelalocul ei). Aici pot să apară confuzia şi amestecul cu punitivul. Dar „factură" nu înseamnă pedeapsă. „Factură" înseamnă că fiecărei cauze îi este asociat un efect, că orice comportament are o urmare şi că, dacă acest comportament nu este în acord cu regulile de funcţionare a lucrurilor, produce un rezultat nesatisfăcător. Să luăm un exemplu simplu. Dacă avem poftă de dulce, ştim că îl putem găsi la o patiserie. Îl vom mânca şi, astfel, nevoia noastră de dulce va fi satisfăcută. Dacă ne aflăm lângă o tablă încinsă şi dacă ne este frig la mâini, ne vom apropia de ea ca să ne încălzim. Dar ştim că o tablă încinsă poate să ne ardă şi ar fi normal să păstrăm o anumită distanţă. Totuşi, dacă, de exemplu, suntem grăbiţi şi, ca să ne încălzim mâinile mai repede, le apropiem prea mult de tablă, „factura" acestei atitudini va fi o arsură. Arsura aceasta nu este în niciun caz o pedeapsă, ci, pur şi simplu, rezultatul unui comportament inadaptat ca urmare a nerespectării unuia dintre criteriile date de situaţia în care ne aflăm. Procesul este similar la nivel psihologic. *Nu există pedeapsă, adică sancţiune stabilită, decisă şi aplicată de cineva sau ceva din exterior sau transcendent, ci, pur şi simplu, efectul este rezultatul logic al unui proces comportamental dat.* În acest caz, nu suntem în acord cu legile contextului. Am căpătat deci o „factură" negativă, adică suferinţa, arsura. În cazul patiseriei, comportamentul de a cumpăra produce o „factură" pozitivă, care înseamnă satisfacerea poftei. Dacă, însă, comportamentul de cumpărare devine excesiv (bulimie), el nu se mai află în acord cu legile naturale şi atunci devine purtătorul unei „facturi" negative, care se traduce prin luarea în greutate.

Să revenim acum la Cerul Anterior. Cum se petrec lucrurile? Shen decide să trăiască, să realizeze Legenda Personală, Calea Vieţii şi, astfel, să înveţe o lecţie din această viaţă. Pentru ca lecţia să poată fi învăţată, trebuie să existe mijloacele prin care acest lucru să se realizeze. Alegerea se va face în funcţie de scopul determinat, de munca pe care o va depune, dar şi în funcţie de experienţele deja trăite şi

integrate, care nu mai au nevoie să fie repetate. Toate aceste date „anterioare" sunt „înscrise" în ceea ce numim Cronica Akasha, un fel de mitologie interioară, de memorie holistică (holografică) proprie fiecăruia dintre noi şi pe care taoiştii au numit-o „vechile memorii" sau „memoriile anterioare". Ca să aibă mijloace de a trăi aceste noi posibilităţi, Shen va alege structuri şi limite care îi vor permite să facă propriile alegeri în cele mai bune condiţii, adică cele mai favorabile, dar şi cele mai eficiente.

Noţiunea de eficacitate este valoroasă pentru că, în acest context, nu înseamnă nici pe departe confortabil sau agreabil. Atingem astfel un punct crucial al noţiunii Calea Vieţii. În sfârşit, aşa cum am văzut mai înainte, toate drumurile pot prezenta urme sau turnante pe care vehiculul existenţei noastre va suporta zdruncinături sau momente de pierdere a vizibilităţii, în acelaşi fel în care toate legendele se realizează prin încercări. Acestea sunt elemente pe care astrologia, în particular astrologia karmică, ne poate ajuta să le percepem. Alegerea condiţiilor de realizare va înlocui datele alegerii incarnării, adică toate condiţiile fizice şi înconjurătoare. Epocă, familie, ţară, regiune, sex, rasă etc. devin cadrul structural al incarnării şi dau limitele materiale ale realizării fiinţei sub forma în care şi sub care Shen a ales să se incarneze.

➢ Cerul Posterior

Prin incarnare, apoi prin naştere, părăsim planul Cerului Anterior pentru a trece în cel al Cerului Posterior. Shen Prenatal se magnetizează pe un suport (ou fecundat) care corespunde frecvenţei sale vibratorii, căutării sale. El se adaugă astfel energiilor părinţilor care tocmai au fecundat acest ou mereu magic, ce va deveni o fiinţă umană. Aceste energii se adaugă energiilor înconjurătoare (planete, locuri, epoci) pentru a da Shen individual care, încă „nonactiv", va continua să se îmbogăţească, angrenând informaţii până în momentul naşterii, al tăierii cordonului ombilical, moment în care devine cu adevărat activ. Din acest motiv, temele

astrologice sunt calculate plecând de la data naşterii şi nu de la data concepţiei.

Cum se desfăşoară lucrurile la nivelul Cerului Posterior? Ne aflăm la nivelul lumii finite. Limitele lucrurilor sunt cele ale lumii materializate şi tangibile. Fiinţa s-a incarnat şi îşi trăieşte existenţa într-un corp fizic supus constrângerilor materiale. Supravieţuirea acestui corp implică un anumit număr de reguli şi obligaţii universale (a se hrăni, a bea, a dormi etc.) şi locale (cultură, loc, climă). Aceste îngrădiri îi impun individului un cadru de funcţionare precis, care este adaptat la realizarea alegerii sale de incarnare. Corpul său fizic suferă în totalitate constrângerile acestui cadru atunci când realităţile psihologice şi emoţionale sunt puţin mai libere prin raportare la el.

Interesul de a cunoaşte limitele materiale rezidă în faptul că ele, fiind punctele de sprijin ale realizării noastre, prin intermediul cărora aceasta se face şi se exprimă, puse una în locul celeilalte, pot deveni un remarcabil mijloc de decodare şi înţelegere a partiturii pe care o jucăm, a ceea ce se petrece în noi. Acest lucru este adevărat pentru corpul nostru, pentru emoţiile noastre, psihologia noastră, mediul nostru şi pentru tot ceea ce „ni se întâmplă". Avem astfel un extraordinar instrument de cunoaştere, pe care trebuie să încercăm în continuare să-l descifrăm.

Aşa cum putem vedea în schema de la pagina 19, avem în Cerul Anterior şi în Cerul Posterior o parte stângă şi o parte dreaptă. Totuşi, putem constata că ele sunt inversate. Luăm contact astfel cu un element important de descifrare care este cel al lateralităţilor. Această inversare ne permite să înţelegem de ce psihologia modernă plasează, la nivelul corpului uman, raportarea la mamă în partea stângă şi raportarea la tată în partea dreaptă, în timp ce medicina tradiţională chineză şi filosofia taoistă procedează invers. Explicaţia constă în faptul că Occidentul s-a „preocupat" întotdeauna mai mult de nonmanifestat, de spirit şi de suflet, adică de elemente care vin de la Cerul Anterior, decât de corp şi de realitatea fizică şi materială, considerate ca „inferioare" şi care aparţin Cerului Posterior. Orientul, pe de

altă parte, s-a preocupat întotdeauna de „aici şi acum", de trăirea actuală şi reală, de manifestare, de Cerul Posterior. Corpul fizic şi realitatea materială sunt foarte importante pentru orientali, deoarece prin ele se exprimă Shen.

Occidentul îşi bazează deci demersul pe elemente care aparţin în principal Cerului Anterior, în timp ce Orientul şi-l bazează pe Cerul Posterior, cel puţin pe lateralităţile fizice. Este motivul din care ele sunt inversate, aşa cum acest lucru se petrece între imaginea realităţii, pe care o percepe ochiul, şi cea inversată, care este transmisă şi „reconstruită" în creier. Partea dreaptă a corpului se află deci, pentru orientali, în raport cu Yin, fiind, în consecinţă, reprezentată de simbolistica maternă, iar partea stângă este în raport cu Yang şi se regăseşte în simbolistica paternă. Găsim că această precizare este extrem de importantă, căci lateralităţile fizice ale simptomelor şi ale traumatismelor sunt pentru noi elemente grăitoare şi revelatoare pentru ceea ce se petrece în interiorul nostru. Or, dat fiind că aceste manifestări aparţin manifestatului, Cerului Posterior, ele sunt codificate prin lateralitatea propusă de orientali (dreapta simbolizează partea maternă). În compensaţie, tot ceea ce se petrece în psihic, imaginarul, visul sau ceea ce a fost conceput ca formă înainte de a se naşte aparţine Cerului Anterior şi corespunde, prin acest fapt, lateralităţii utilizate, în principal, de occidentali.

Să luăm un exemplu. Un copil care se naşte cu urechea dreaptă puţin mai mare decât cea stângă va avea o relaţie privilegiată şi o dependenţă de ascultare faţă de tatăl său. De ce? Dacă acest copil s-a născut cu urechea respectivă mai mare, este din cauză că s-a format aşa încă înainte de naştere; ea s-a structurat sub această formă în Cerul Anterior, în nonmanifestat. La acest nivel, partea dreaptă este în raport cu simbolistica paternă şi cea stângă, cu simbolistica maternă. Tot ce va veni de la tatăl său, din punct de vedere educativ, cultural, va fi primit şi perceput cu o mai mare sensibilitate, o mai mare ascultare, dar, fără îndoială, şi cu o mai mare dependenţă.

În schimb, dacă acest copil are otită la aceeaş: ureche dreaptă, ne aflăm în lumea manifestată, în trăirea copilului

după naştere. Această ureche se află deci în relaţie cu simbolistica maternă, căci ne aflăm în Cerul Posterior, cel manifestat. Copilul este cel care a declanşat o manifestare simptomatică în corpul său fizic prezent şi după naşterea sa. Aici, lateralităţile se inversează şi dreapta ajunge să fie în relaţie cu simbolistica maternă. Faptul că are otită înseamnă că nu vrea să audă ceea ce îi spune mama sa, că tot ceea ce aude de la ea nu îl satisface. Poate că strigă prea des la el sau îşi petrece timpul spunându-i: „Fii atent, nu fă asta, o să cazi, te vei răni, să nu răceşti..."

Să luăm un al doilea exemplu. Este vorba de o persoană care **visează** că-şi răsuceşte glezna stângă. Cu toate că acest incident are loc după naştere, ne aflăm totuşi, în acest caz, în nonmanifestat, în virtual, deoarece se întâmplă în lumea oniricului (vis). Entorsa va fi pusă în relaţie cu simbolistica maternă. În schimb, dacă persoana îşi scrânteşte cu adevărat glezna stângă, ne aflăm în manifestat şi entorsa capătă atunci o semnificaţie simbolică paternă şi poate exprima o problemă de poziţie, de atitudine relaţională cu un bărbat.

Ţinând cont de importanţa noţiunii de lateralitate, putem sintetiza totul în tabelul următor.

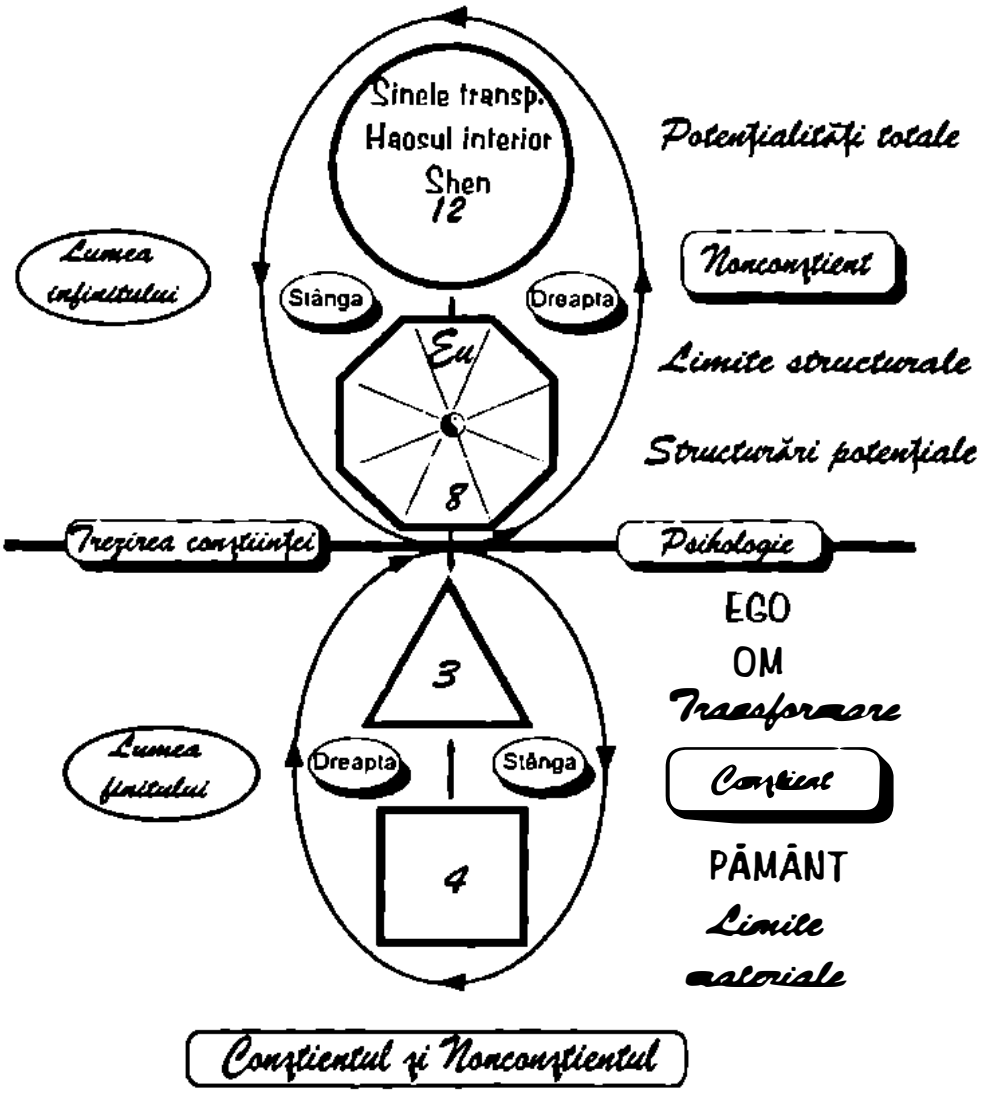
	Înainte de naştere		După naştere	
	Formarea corpurilor		Traumatisme, maladii, simptome	Stadii „alpha", premoniţii, vise
Partea dreaptă a corpului	Simbolistica paternă		Simbolistica maternă	Simbolistica paternă
Partea stângă a corpului	Simbolistica maternă		Simbolistica paternă	Simbolistica maternă

Acum, putem reveni la noţiunile de Cer Anterior şi Posterior pe care, desfăşurându-le, le aducem la principiul „Totul este în tot", la nivelul individului încarnat, manifestat în lumea

noastră. Folosind un principiu analogic, putem transpune în totalitate această reprezentare a macrocosmosului universal pe microcosmosul individului, făcând astfel să apară noţiunile de Conştient şi Nonconştient.

CONŞTIENTUL ŞI NONCONŞTIENTUL

Ce putem constata? Preluând exact construcţia schemei precedente Cer Anterior/Cer Posterior (pagina 19), Cerul Anterior devine Nonconştient, conştiinţa de noapte, liniştea interioară, şi Cerul Posterior devine Conştientul, conştiinţa de zi, fenomenalul, sunetul exterior.



➢ Nonconştientul

Să observăm în detaliu informaţiile pe care le avem. Ştim că Cerul Anterior reprezintă nivelul preexistenţial, stadiul la care se „pregăteşte" existenţa noastră sub toate aspectele (reguli, structuri, alegeri etc.). În momentul în care transpunem şi Cerul Anterior devine Nonconştientul, acesta reprezintă manifestarea anterioară, nivelul la care se pregăteşte „manifestatul", adică ceea ce se petrece în lumea tangibilă şi conştientă. Actele, acţiunile, realizările aparţin de domeniul a ceea ce se manifestă, a ceea ce putem percepe şi sunt direct asociate cu „orizontalitatea", fiind „pregătite" în Nonconştient.

În Nonconştient se situează Conştiinţa Holografică despre care am vorbit mai înainte. Tot ea elaborează acţiunile care ne vor permite să concretizăm alegerile de realizare a Căii Vieţii, a Legendei noastre Personale. Această Conştiinţă încă poartă memoria şi percepţia alegerilor personale pe care le-am făcut în Cerul Anterior şi „cunoaşte" totalitatea Cronicilor Akasha, mitologia personală. Nonconştientul dispune de toate informaţiile care sunt memorate în Energia Ancestrală. El ştie, în consecinţă, care sunt alegerile şi nevoile noastre de experimentare şi, astfel, este capabil să determine cele mai bune procese pentru ca noi să „reuşim". Aici (ca şi pentru „pedeapsă"), se pot naşte confuzii între libertate, determinism, destin, soartă şi fatalitate. Căci, dacă procesele sunt observate a *posteriori*, putem spune „Aşa a fost scris". Aşa a fost efectiv scris, dar nu în sensul că ar trebui să urmărim un scenariu stabilit de ceva sau cineva din exteriorul nostru, în care noi nu am fi decât marionete animate şi dirijate. „Aşa a fost scris" în sensul în care noi suntem cei care l-am scris în interiorul nostru, ca pe cel mai bun scenariu posibil, pentru a ne atinge scopul fixat.

Am putea înţelege acest lucru mai uşor interpretând o situaţie. Dacă, de exemplu, eu doresc să merg la Nisa pentru a asista la carnaval, această decizie mă va determina să fac alegeri logistice pentru a-mi atinge scopul. Trebuie, mai

mtâi, să stabilesc data concediului şi să fac rezervare la hotel pentru perioada respectivă. Gusturile îmi influenţează, bineînţeles, alegerile. Dacă, pe de altă parte, nu am experienţă în această privinţă, risc să fac rezervarea prea târziu şi să nu mai găsesc loc. Apoi, trebuie să mă hotărăsc asupra unui mijloc de transport. Dacă prefer mersul cu maşina şi îmi place viteza, voi călători pe autostradă. Dacă există peisaje frumoase care mă interesează, atunci voi alege drumurile mai mici, care traversează interiorul ţinutului. În acest caz, va trebui să plec cu o zi mai devreme. Dacă mi-e frică să călătoresc cu maşina, voi lua trenul şi, dacă sunt foarte grăbit, voi lua avionul. Putem să vedem deja cum ceea ce există înlăuntrul nostru ne condiţionează comportamentele şi alegerile. Pentru a atinge acelaşi scop, fiecare dintre noi va proceda într-o manieră care-i este proprie, determinată de memoriile personale.

Odată decizia luată, am totuşi, în orice moment, libertatea să-mi schimb părerea şi să nu mai merg la Nisa. Nimic nu mă împiedică să cobor din tren la Lyon sau la Marsilia dacă vreau, să mă opresc în Alpi în cazul în care voi călători cu maşina. În schimb, dacă voi alege avionul, îmi va fi mai greu dacă nu se fac escale (ar putea fi interesant de meditat la validitatea alegerilor pe care le facem pentru „rapiditate" în evoluţia personală şi la flexibilitatea lor reală). Cu cât decizia mea de schimbare va fi mai tardivă, cu atât risc să fie mai costisitoare (concedii pierdute, penalizări din partea hotelului, cheltuieli legate de biletul de tren etc.), dar rămâne întotdeauna posibilă. Determinismul alegerii de bază nu este total. Este clar că voi resimţi frustrarea dacă nu voi merge la carnaval. Dacă, în schimb, scopul călătoriei ar fi reglarea unei afaceri dificile şi dezagreabile, libertatea mea potenţială este aceea de a fugi, de a evita acest moment neplăcut. Va trebui totuşi să rezolv această afacere într-o bună zi. Cu cât o voi face mai târziu, cu atât va fi mai greu şi mai costisitor.

În schimb, dacă voi face tot ceea ce trebuie să fac, voi fi la Nisa pentru a asista la carnaval în condiţiile care îmi convin. Acest lucru pare logic pentru toată lumea şi nu miră pe nimeni. Iată, am putut vedea din nou cum lucrurile pe care urmează să le facem se pregătesc înlăuntrul nostru şi în ce fel alegerile interioare sunt condiţionate de „memoriile" existente. Singura diferenţă în raport cu exemplul meu este că, în cea mai mare parte a timpului, toate acestea nu sunt conştiente la momentul respectiv. În acest caz precis însă, ştiu ce am decis şi ce vreau să obţin.

Dar să presupunem acum că cineva din afară, un extraterestru care nu este la curent cu obiceiurile şi tradiţiile pământeşti şi care nu cunoaşte alegerea mea, mă observă. Ce vede? El vede un individ pe cale de a asista la carnavalul de la Nisa. Dacă studiază ce s-a întâmplat înainte de venirea mea la Nisa, ce constată? Toate acţiunile care preced sosirea mea (luarea concediului, rezervarea la un hotel, traseul ales etc.) par a-i arăta un singur lucru: totul s-a construit, s-a derulat astfel încât să mă găsesc la Nisa în ziua carnavalului. Dacă se întreabă asupra prezenţei mele şi a cauzei care a determinat-o, el nu poate ajunge decât la o concluzie: *a fost scris* să merg la Nisa, căci toate acţiunile mele s-au înscris şi derulat în acest sens, ca şi cum fuseseră determinate de ceva să mă facă să mă îndrept spre acest rezultat. Extraterestrului nostru îi voi părea o marionetă în voia sorţii, asemenea paiului care pluteşte pe apa râului, purtat încotro îl duce curentul. Desigur, îi lipseşte informaţia cea mai importantă ca să gândească altfel, aceea de *a şti că eu am ales şi am decis să merg la Nisa*. Nu sunt determinat, deoarece eu sunt cel care a ales. Pentru a schematiza, am putea compara existenţa noastră cu un teatru în care Cerul Anterior va fi autorul piesei, iar Nonconştientul, regizorul care se ocupă de punerea în scenă.

Toată intriga istoriei noastre se află scrisă în Shen Prenatal, în Conştiinţa globală, Holografică, iar punerea ei în scenă este realizată de Nonconştientul nostru, Stăpânul sau

Ghidul Interior. Conştientul nostru (Vizitiul) şi corpul nostru fizic (Caleaşca) sunt actorii săi vizibili şi privilegiaţi. Ei trebuie să respecte punerea în scenă şi rolul lor, având, în acelaşi timp, o oarecare libertate, o posibilitate de a improviza, care sunt condiţionate de respectarea intrigii de fond (cale, legendă). Atunci când totul se petrece normal, la sfârşitul spectacolului (moarte), avem satisfacţia de a fi respectat intriga şi de a fi jucat cu succes acest rol (Calea Vieţii). În schimb, în cazul în care nu urmărim punerea în scenă, nu ţinem cont de intrigă, va apărea o distorsiune între Nonconştient şi Conştient, între actor, rol şi punerea în scenă. Atunci, tensiunile, suferinţele, bolile, accidentele şi alte acte ratate îşi vor face brusc apariţia.

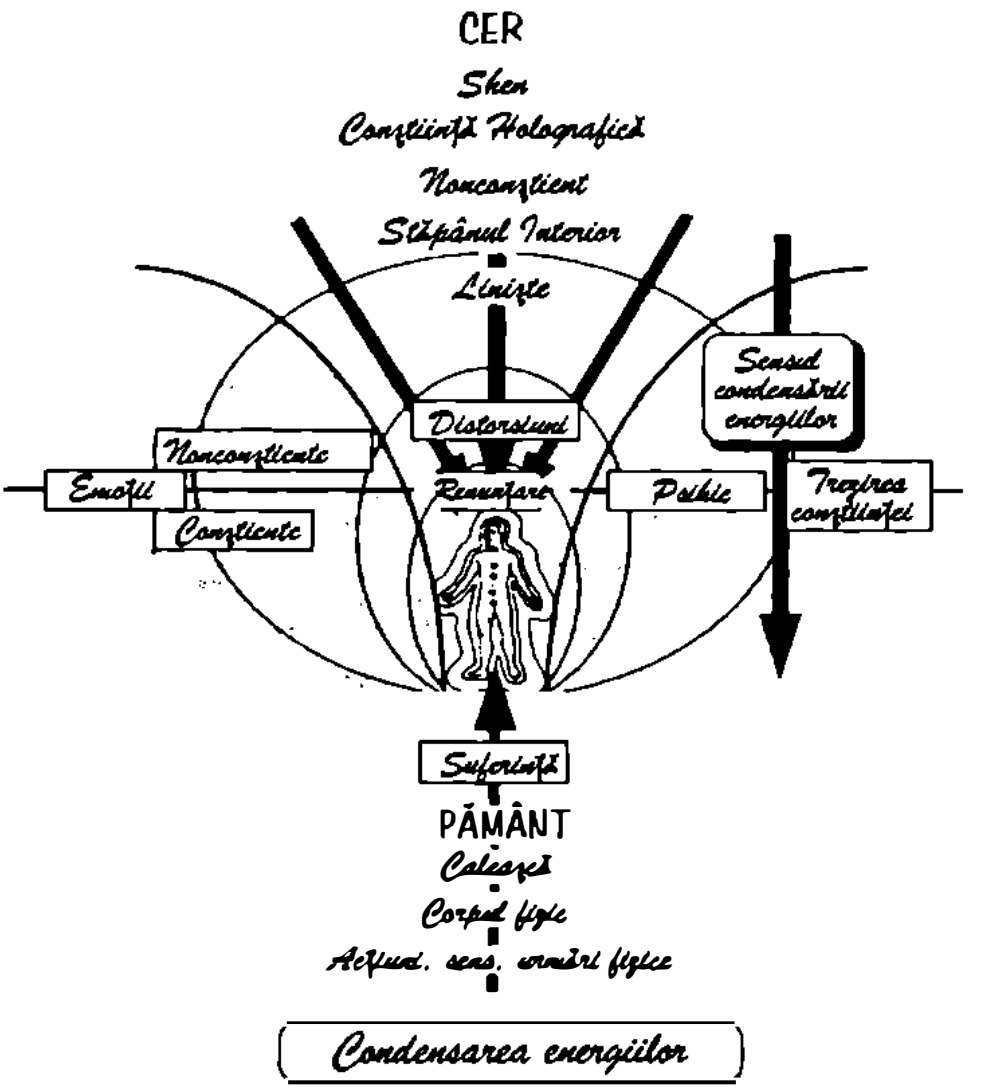
Se pare că finalitatea existenţei noastre este aceea de a atinge coeziunea, coerenţa între Nonconştient şi Conştient, între Stăpânul sau Ghidul Interior şi Vizitiu. În aceasta constă, cred eu, tot secretul armoniei profunde, al adevăratei seninătăţi care ne arată cât din toate acestea sunt apanajul unei culturi sau al unei educaţii şi cât, pur şi simplu, rezultatul unei munci individuale clare şi fără concesii. De aceea, această noţiune de armonie este foarte îndepărtată de cea de intelect sau de cea de cultură, depinzând numai de nivelul de coeziune a individului între ceea ce este, ceea ce face şi Calea Vieţii sale. Din această cauză, de exemplu, vom putea întâlni şi resimţi forţa profundă a unui lama tibetan, a unui cioban din Larzac, a unei învăţătoare din Cantal (unde m-am născut), a unui pescar breton, a unui filosof modern, a unui biolog sau a unui bătrân grădinar englez.

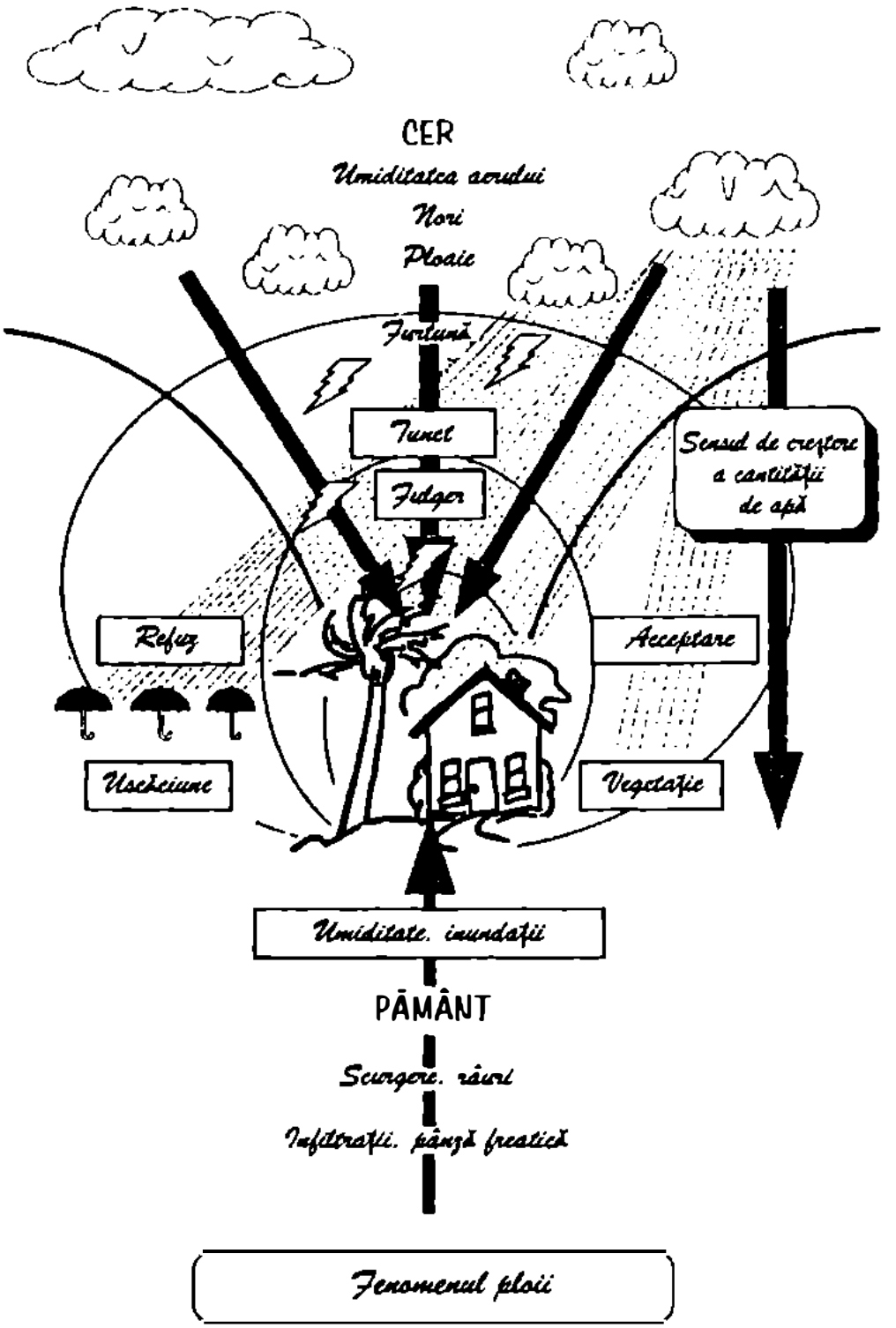
➤ Conştientul: condensarea şi eliberarea energiilor

În lumea Conştientului, lucrurile apar treptat, manifestându-se într-un mod din ce în ce mai palpabil, mai concret.

Fenomenul acesta se petrece mai întâi la nivelul energiilor corpului, apoi al emoţiilor, de data aceasta conştiente, şi, în sfârşit, al psihicului — şi el conştient – al individului. Procesul continuă apoi în planul fizic şi se manifestă pe

meridiane, apoi în organe şi, în sfârşit, în membre. Ne aflăm la ultimul nivel de creştere a densităţii energiilor, cel mai de jos. Suntem la nivelul Terrei, acolo unde limitele materiale sunt cele mai apăsătoare şi extrem de restrictive.





Procesul de condensare funcţionează exact în acelaşi fel ca fenomenul natural al ploii. Mai întâi există o anumită umiditate în aer, perceptibilă (Nonconştient) numai cu

aparate foarte sofisticate. După un anumit timp şi în condiţii speciale, această umiditate începe să crească în densitate, condensându-se sub forma vaporilor de apă, care formează, în Cer, nori (ideile, gândurile, emoţiile, dorinţele, intenţiile etc.) perceptibili, dar, deocamdată, puţin consistenţi. Unii dintre aceşti nori sunt uşori şi nu prezintă niciun risc (emoţii, gânduri, intenţii negative). Vaporii de apă continuă să crească în densitate, să se condenseze şi sfârşesc prin a produce picături de apă, de ploaie şi, în final, furtuna. Ploaia cade pe sol în aversă, iar pământul (corpul nostru) este udat şi muiat de această apă (resentimente, tensiuni, suferinţe). De îndată ce furtuna (tensiunile) devine puternică, tunetul bubuie şi trăsnetul chiar loveşte uneori (atac cardiac, criză de epilepsie, sincopă, nebunie etc.). Schema simplă de la pagina 33 rezumă toate aceste fenomene şi o putem compara cu uşurinţă cu cea precedentă (pagina 32), pe care ne ajută să o înţelegem.

Basculareа între Nonconştient şi Conştient se face prin trezirea conştiinţei, care înseamnă trecerea la acţiune, adică la „a face", ce reprezintă ultimul stadiu de condensare a energiilor. Prin rezultatul acestei acţiuni, urmează să constatăm unde ne aflăm şi să avem ceea ce se numeşte „o doză de conştiinţă". Dacă rezultatul obţinut este „bun", adică se potriveşte cu scopul urmărit, înseamnă că procesul a fost în totalitate coerent şi că am respectat toate fazele intermediare ale realizării, indiferent care au fost ele. Acesta nu este, bineînţeles, conştient în totalitate, motiv pentru care e necesar, câteodată, să resimţim eroarea sau durerea pentru a înţelege la ce nivel lucrurile nu merg bine. De aceea am scris „bun" între ghilimele, căci anumite experienţe neplăcute sunt de fapt experienţe „bune", aşa cum este ploaia care udă şi înmoaie totul, dar care, în acelaşi timp, face şi să crească totul în natură. Refuzul nostru sau o căutare excesivă a protecţiei ne va împiedica să trăim aceste experienţe, la fel cum adăpostirea de ploaie provoacă uscăciunea. Căci aceste practici ne obligă să reflectăm la ceea ce se întâmplă şi, fără

îndoială, la provocarea unor schimbări necesare (în consecință să creștem), dacă, bineînțeles, suntem pregătiți de ascultare. Dacă nu, ne vom întoarce într-un proces de reproducere de scheme, până când vom înțelege. *Vom găsi aici exact același proces ca acela pentru legea karmică.* Singura diferență este că vom „retrăi" experiența, vom relua lecția, în același plan al conștiinței, fără a fi nevoie să murim fizic, să schimbăm planul vieții. Este de la sine înțeles că, de fiecare dată, experiența va fi mai puternică, asemănătoare cu situația în care ne adresăm cuiva care este tare de ureche sau care nu vrea să asculte. Suntem obligați să-i vorbim din ce în ce mai tare, chiar să strigăm, până când va putea sau se va decide să ne audă.

Viața și, prin ea, Conștiința noastră Holografică, Nonconștientul, Stăpânul sau Ghidul Interior sunt determinați să facă adesea același lucru față de noi. Strigătele pe care ni le adresează sunt tensiunile și suferințele noastre fizice și psihice, morale sau emoționale. Desigur că ne-au fost trimise mesaje înainte de a se ajunge la aceste strigăte, dar „surditatea" noastră suficientă sau temătoare ne-a împiedicat să le primim și să le percepem. Este foarte important să se redea suferinței și bolii adevăratul lor sens. Știința modernă luptă din răsputeri împotriva acestor expresii profunde ale raportului nostru cu viața, în general, și cu viața noastră în special, dar cursa este pierdută dinainte. *Viața ne va devansa mereu* și nu vom ajunge niciodată (din fericire) să-i punem botniță, să o facem să tacă. Fiecare pas făcut înainte de știința mecanicistă este mereu compensat de un pas echivalent, sau chiar mai mare, făcut de viață. *Cu cât medicina știe să „trateze" mai bine diverse boli, cu atât acestea devin mai profunde, dificil de stăpânit și capabile de mutații.*

Este preferabil să încercăm, mai degabă, să înțelegem sensul a ceea ce trăim decât să constrângem viața să tacă (medicina alopată) sau să ne facem suferințele obligatorii, inevitabile și meritate (dogmatism sau fanatism religios), fără a căuta mai departe, din frică, din nevoia de confort sau din

dorinţa de a ne înlesni pe moment o situaţie. Să fim totuşi foarte vigilenţi în privinţa semnificaţiei şi raţiunii lucrurilor. Dacă e adevărat că aceste tensiuni, aceste suferinţe şi boli sunt uneori necesare pentru ca noi să înţelegem, să ne dezvoltăm, ele nu sunt niciodată obligatorii sau iminente. Nu sunt fatalităţi, chiar dacă acest lucru este supărător pentru unii. Ele devin necesare numai pentru că, uneori, nu vrem sau nu putem înţelege altfel. Nu este vorba, şi aici cu atât mai puţin, de o pedeapsă, ci de o „lecţie a lucrurilor", aşa cum copilul se arde pentru că are nevoie să experimenteze focul.

Putem să le evităm. Atunci când acceptăm cu adevărat căutarea unui nou fel de înţelegere a vieţii, chiar în faţa morţii, avem, în mod firesc, un proces de *feedback*. Acesta aparţine însuşi principiului vieţii. Odată ce a atins punctul cel mai de jos, adică nivelul fizic şi materializat, durerea sau boala poate să se întoarcă şi să plece în sens invers, diminuându-se, eliberând individul.

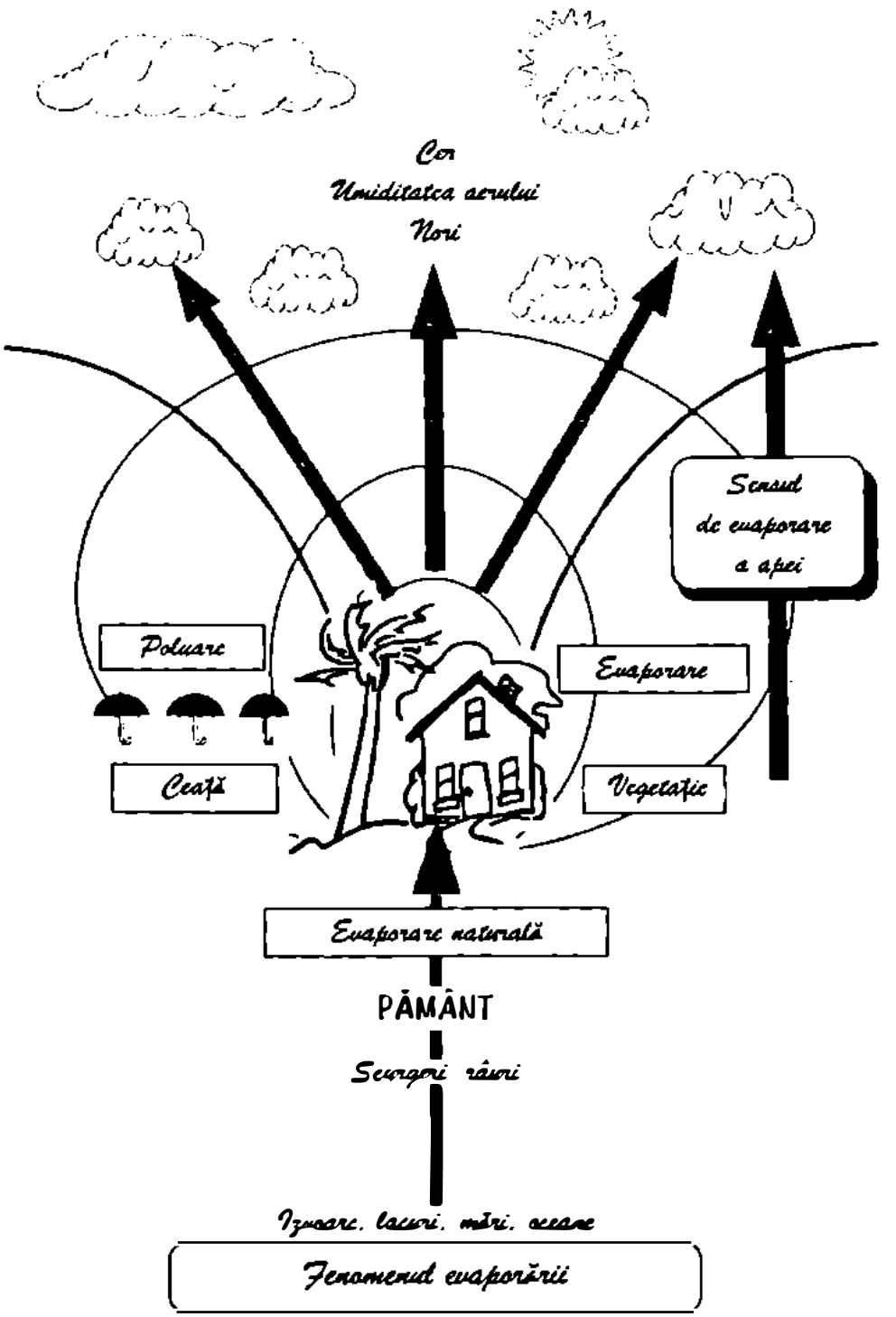
Dar această transformare nu poate avea loc decât dacă nu ne blocăm energiile condensate.

„Omorând" potenţialul lor de expresie prin medicaţia chimică sau prin efectul credinţelor liniare, dogmatice şi cristalizate, le fixăm într-adevăr într-un loc şi, în felul acesta, le împiedicăm să urce, să se întoarcă la sursa lor pentru a se stinge. Ele păstrează toată forţa potenţială şi sunt prizoniere ale punctului în care le-am „redus la tăcere". Cu prima ocazie, se vor manifesta din nou, eliberând nu numai energia tensionată a momentului, a contextului, ci şi energia situaţiilor precedente, care nu a putut să se elibereze sau pe care am redus-o la tăcere, nelăsând-o să se exprime. Atunci, ele vor avea o putere crescută, care a fost adăugată, ca să nu spun multiplicată, de toate tensiunile precedente deja acumulate. Ele aleg, în general, să se exprime „în altă parte", în alte puncte ale corpului şi spiritului, căci păstrează în memorie informaţia conform căreia nu pot să se manifeste prin primul mijloc ales, pentru că am reuşit să le reducem la

lăcere. Acest lucru ne permite să înţelegem ceva mai bine de ce expresiile patologice (boli) au nevoie să devină din ce în ce mai profunde (cancer) sau mai mobile, insesizabile (spasmofilie) sau capabile de mutaţii (virus, SIDA), într-o formă nouă.

Am putea relua imaginea ploii pentru a înţelege mai uşor procesul de eliberare. Ploaia a udat pământul, iar acesta „redă" ploaia cerului, lăsând-o să se scurgă, în mod natural, în râuri şi în fluvii, până la mare. Apoi, apa se evaporă şi se transformă în vapori şi în umiditatea aerului. Dacă pământul păstrează umiditatea (pânză de apă freatică, baraje), va fi suprasaturat la fiecare aversă. Ca urmare a unei furtuni puternice, cu ploaie în cantitate mare care nu poate fi absorbită, totul crapă, iar alunecările de pământ sau barajele care cedează nu sunt altceva decât efectele devastatoare ale acestor fenomene meteorologice.

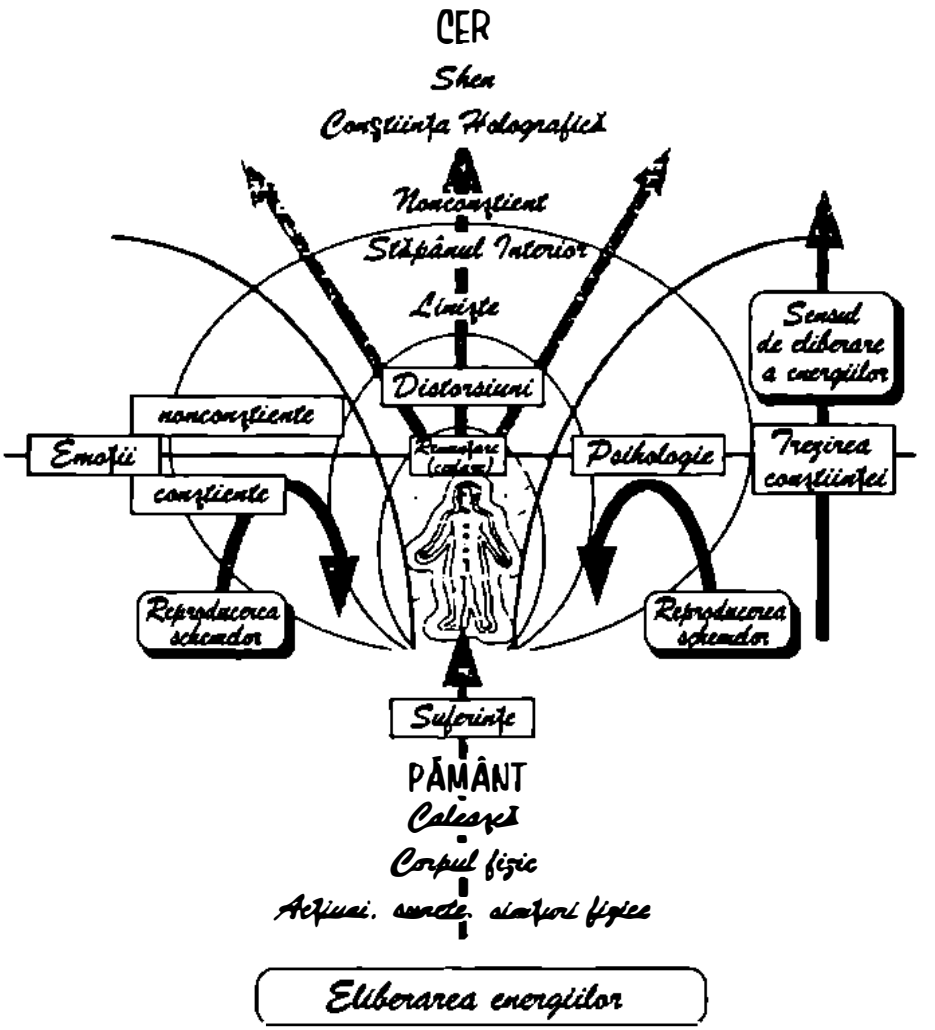
Exact la fel se întâmplă şi cu noi. Dacă blocăm aceste energii prin poluare interioară (emoţii, ranchiună, resentimente etc.), tensiunile şi suferinţele rămân înlăuntrul nostru şi produc un ciclu asemănător unui bumerang care se autoalimentează şi ne întristează viaţa zilnică, la fel cum alterarea aerului creează deasupra oraşelor o cupolă din ce în ce mai opacă. Dacă nu blocăm aceste energii, dacă „acceptăm" durerea (să fim uzi) în semnificaţia ei, chiar dacă am anticipat-o şi am evitat ca ea să apară, procesul de eliberare (evaporare, a se vedea schema de la paginile 38 şi 40) se poate declanşa. El se va manifesta printr-o eliberare fizică, materială, a suferinţei şi va fi cu adevărat resimţit ca o „eliberare", ca un „miracol". Nu cred că se află altceva în spatele „vindecărilor miraculoase", cum sunt, de exemplu, remisiile spontane atât de surprinzătoare şi inexplicabile pentru lumea raţională.



Şi mă gândesc aici la un exemplu spectaculos al acestui proces de eliberare, pe care l-am cunoscut îndeaproape. O tânără femeie a venit să-mi ceară o consultaţie în vederea

unei şedinţe de relaxare şi armonizare a energiilor sale. Era foarte tensionată şi corpul suferea profund. Ea prezenta o hernie de disc gravă la vertebrele cervicale şi, de altfel, în curând trebuia să fie operată. Cu ceafa blocată într-un aparat ortopedic pentru a-i menţine capul ridicat şi cu obrazul desfigurat de multele nopţi nedormite, această persoană traversa o perioadă extrem de dificilă a vieţii. După ce am făcut o primă şedinţă de armonizare, am putut aborda fondul problemei, adică ceea ce se afla cu adevărat în spatele suferinţei fizice. Am determinat-o, încet-încet, să identifice mai întâi ce traumatism emoţional ar putea să se ascundă în spatele herniei, apoi să încerce să înţeleagă ce ar putea însemna, cum s-ar înscrie acesta în viaţa ei şi care ar fi sensul lui ascuns. Ceea ce s-a petrecut a fost surprinzător. Fără ca tânăra femeie să-şi dea seama, ceafa ei s-a relaxat, văzând cu ochii, pe măsură ce vorbea. Lăsând lacrimile să-i curgă, îşi exprima resentimentele şi înţelegea sensul lucrurilor. A început să-şi mişte din ce în ce mai mult capul, putând să-l întoarcă, până când am oprit-o pentru a-i spune: „Vă daţi seama că vă mişcaţi capul absolut normal, fără nicio problemă aparentă?" Ea s-a întrerupt atunci din vorbit câteva secunde, apoi a izbucnit în râs, având încă lacrimi în ochi. Aparatul ortopedic a devenit inutil, durerea a dispărut. Tânăra a înţeles şi a acceptat sensul acestei încercări care o lovise şi a putut şterge astfel memoria emoţională care rămăsese blocată în ceafa ei.

Dacă această femeie s-ar fi operat, cum fusese cazul unei hernii precedente, nu ar fi putut înţelege, în aceeaşi măsură, ce îi distrugea viaţa, ce se afla ascuns în spatele suferinţei fizice, de fapt. Ar fi fost obligată să recidiveze (ceea ce tocmai se întâmplase) pentru a conştientiza. Deci este foarte important să decodăm, chiar să acceptăm procesele dureroase pe care le trăim. Dacă, în măsura posibilului, le lăsăm să se exprime, ele vor ajunge la paroxism, ca apoi să ia sensul invers, afundându-se complet şi, în final, dispărând.



Punctul de maximă intensitate nu poate fi atins mereu de către individ. Şi nu acesta este cel mai important lucru. Important e să ajungem acolo unde putem şi, de fiecare dată, să câştigăm teren. Este la fel ca un antrenament sportiv sau ca practicarea dansului, de exemplu. Exerciţiile zilnice care includ şi întinderi ale corpului deschid axele articulare şi acţiunea asupra durerii ne permite să mergem mereu un pic mai departe, făcându-ne trupul mai receptiv. Dar – atenţie! – toate acestea funcţionează în folosul nostru, cu condiţia să avem „inteligenţa" de a nu exagera, de a nu transforma procesul evolutiv într-un comportament ucigător.

Trezirea conştiinţei ne va ajuta, jucând rolul de „portar". Prin apropierea de psihicul individului, conştient şi

nonconştient, prin acţionarea asupra emoţiilor lui, de asemenea conştiente şi nonconştiente (memoria emoţională), vom facilita trezirea conştiinţei acestuia, care îi va permite procesului eliberator să se realizeze în Nonconştient. Astfel, el va putea să urce până la Conştiinţa Holografică şi, acolo, să deţină un anumit spaţiu sau să aleagă noi moduri experimentale (noi scenarii).

La acest nivel, individul intră în etapa de acceptare, de integrare a experienţei, a acestor simţăminte mai mult sau mai puţin plăcute. Este o fază dificilă, căci ea aparţine încă lumii Conştientului şi se loveşte de emoţiile existenţiale. Acceptarea experienţei de viaţă va permite anularea, ştergerea acestor emoţii conştiente, mulţumită interogaţiei asupra sensului experienţei şi, dacă este necesar, va permite iertarea. Este o etapă fundamentală şi condiţionează întoarcerea spre planul Nonconştientului. Dacă ea nu are loc, individul recade în schema precedentă. Revolta, refuzul lui de a înţelege, neacceptarea îl vor obliga să retrăiască experienţele anterioare, pentru că nu a priceput mesajul. Aceste sentimente arată, de asemenea, că noi continuăm să funcţionăm în dinamică, „reglându-ne conturile" (cu viaţa, cu alţii, cu noi înşine), în loc să le verificăm şi să le încheiem. Reproducem schemele din necesitatea de a retrăi „mult mai puternic" ceea ce trebuie să înţelegem. Suntem în tensiune şi în conflict, în plină acţiune a războiului, care ne îndepărtează şi mai mult de echilibru, de pacea interioară, de pacea cu viaţa.

Dacă întoarcerea se face corect, procesul de eliberare trece atunci în planul Nonconştientului, unde etapele urmează aceeaşi logică ca şi în Conştient. Individul se află pe o treaptă de retrăire a experienţelor, chiar a suferinţei, dar ele nu se manifestă deloc în fizic, ci se materializează în planul psihicului profund, în visele sale. Această etapă se bazează pe emoţiile nonconştiente ale individului, care se hrănesc din rănile interioare profunde legate, de exemplu, de copilărie sau de alte planuri ale conştiinţei. El va trebui

să încerce să înţeleagă aceste amintiri şi să participe la emoţii, adică să le „iubească", să le recunoască pentru ceea ce sunt, fără a le judeca sau a lupta împotriva lor. La acest nivel se fac adevăratele „renunţări", care se întâmplă atunci când viaţa ne împinge până la capăt, până la ultima limită. Suntem obligaţi atunci să cedăm pentru că ne-am epuizat toate forţele luptând fără niciun rezultat. Nu mai ştim ce să „facem" şi nu mai putem înţelege, în logica noastră cartezi-ană, ce şi de ce ni se întâmplă. Atunci nu ne mai rămâne decât să acceptăm şi să iertăm, dacă este necesar. Acesta este stadiul creştin „Facă-se voia Ta", este „Inch'Allah" (adevărul) islamic, este „renunţarea" orientală. În niciun caz nu este vorba despre abandon, despre a nu interveni, a lăsa lucrurile să meargă de la sine sau despre abdicări, ci despre „acceptări", despre primiri interioare ale unei raţiuni a lucrurilor care ne depăşeşte. Este momentul în care totul se schimbă într-un mod surprinzător şi situaţiile foarte încurcate ale vieţii noastre se răstoarnă complet.

Să reluăm exemplul remisiilor spontane care sunt cu adevărat foarte explicite. Ele se produc întotdeauna la persoanele care se află în ultimul stadiu al unui cancer, condamnate de medicină. Nimic nu le mai poate salva, nu le mai poate vindeca. Li se spune că mai au de trăit foarte puţin. În acel moment, unii indivizi înclină spre acceptare. Într-un timp surprinzător de scurt (câteva zile), corpul lor redevine complet sănătos. Atunci când ajungem la această eliberare de energii, memoriile şi alegerile experimentale pot fi şterse pentru a lăsa loc altor memorii şi altor alegeri. Dacă nu trecem printr-unul din aceste stadii, trebuie să reluăm inevitabil procesul până la momentul în care ne dăm seama de ceea ce am fi dispuşi să „acceptăm".

Bineînţeles că toate aceste procese funcţionează în permanenţă la toate nivelurile şi cu intensităţi variabile şi nu numai în privinţa bolilor grave sau a suferinţelor importante. Ele sunt, în cea mai mare parte a timpului, nonconştiente şi numai în cazuri dificile se manifestă cu atâta forţă. Totuşi,

aceste procese se traduc în permanenţă la nivelul nostru energetic cel mai condensat, care este corpul fizic. Cum se întâmplă acest lucru şi care sunt mijloacele privilegiate ale acestor manifestări?

INTERPRETĂRILE FIZIOLOGICE

Ca toate realităţile energetice ale lumii noastre, realitatea umană are nevoie de suportul ei manifestat, de corpul ei fizic, pentru a putea interpreta, exprima ceea ce se petrece în arcanele sale mai profunde. Este evident, pentru oricare dintre noi, că avem nevoie de gesturi, de cuvinte sau de desene pentru a ne putea reda ideile, gândurile sau sentimentele.

Toate aceste fenomene intangibile nu ar exista, în sensul în care nu ar putea fi percepute, dacă nu ar avea această posibilitate de a se manifesta. În aceeaşi manieră şi mergând cu raţionamentul mai departe, cel mai frumos calculator din lume nu ne-ar fi de niciun folos dacă nu ar avea periferice (ecran, imprimantă, scaner etc.). Se pare deci că spiritul uman nu ar putea exista fără proiecţia sa materializată, care este corpul fizic.

Dacă reiau exemplul calculatorului, ne dăm seama că nu serveşte la nimic să fie formidabil de puternic dacă perifericele sale nu îl pot „urma", adică nu pot exprima această putere. Nu îi serveşte la nimic nici ca perifericele să fie extraordinare dacă memoria nu este la înălţime – de exemplu, să aibă o imprimantă color, când el nu poate lucra decât în alb şi negru. La fel se întâmplă şi cu omul, care trebuie să caute echilibrul între corp şi spirit. Interesul esenţial este că, prin expresia corpului, el va putea, în cazul în care vrea cu adevărat, să decodeze ceea ce se petrece în spiritul său. Atunci când ansamblul funcţionează într-un mod coerent, realitatea fizică este în acord cu cea spirituală a individului.

Existenţa se derulează „normal". Când există o distorsiune între Conştient şi Nonconştient, între scenariu şi actor, vor apărea mesajele, semnalele de alarmă. Fiinţa umană are în principal trei tipuri de semnale, trei feluri de a trăi cu

intensitate diferită, în corpul său, aceste mesaje interioare de distorsiune. Cele trei tipuri de mesaje sunt tensiunile fizice sau nervoase, traumatismele fizice sau psihologice şi maladiile organice sau psihologice. Voi vorbi aparte despre „actele ratate" (nereuşite) care participă de fapt la aceste trei niveluri.

TENSIUNI FIZICE ŞI PSIHICE

Primul tip de semnale este cel al resimţirii tensiunilor, a neplăcerilor, ca, de exemplu, încordările dorsale, dificultăţile digestive, coşmarele, indispoziţiile sau stările psihice proaste. Suntem în stadiul „normal" de expresie a tensiunii interioare. Nonconştientul foloseşte o stare fiziologică sau psihologică pentru a exprima ceea ce se întâmplă. Este Stăpânul sau Ghidul Interior care bate în geamul Caleştii pentru a face un semn Vizitiului ca să-i spună că „ceva" nu merge (direcţie greşită, conduită inconfortabilă sau periculoasă, oboseală, nevoia de a face o oprire etc.). Dacă persoana este „deschisă", gata să asculte şi să accepte mesajul la nivelul Conştientului, ea va fi de acord cu schimbările comportamentale necesare şi tensiunile vor dispărea. Cu cât individul a lucrat asupra lui însuşi şi este în coerenţă nu numai cu propria persoană, cu părţile lui cele mai sensibile, ci şi cu cele mai puternice (Nonconştient), cu atât el este mai sensibil şi mai capabil să prevadă şi să anticipeze mesajele de primul tip şi să le înţeleagă. Ajuns la un anumit nivel, el va fi în stare să le anticipeze. Din păcate, ne este foarte greu să fim receptivi chiar de la acest nivel. Cauzele sunt mai multe, în special tendinţa noastră naturală spre uşurătate şi cultura noastră, care separă lucrurile şi ne determină să nu mai ştim să le legăm. În acest fel, ne dezvoltăm surditatea. Acest prim nivel de mesaje este totuşi extraordinar de bogat şi nu este singurul. Numeroase semne ne vin şi din mediul înconjurător, mai ales prin ceea ce numim „efectul oglindă". Voi reveni ulterior.

Pentru a se face auzit, Nonconştientul trebuie câteodată să recurgă la alte două tipuri de mesaje: traumatismele şi bolile. Este evident că necesitatea de a fi cât mai eficiente le face mai puternice şi mai percutante, dacă îndrăznesc să spun astfel. Dar ele prezintă şi un al doilea inconvenient, deloc neglijabil, faţă de mesajele cele mai directe. Traumatismele şi bolile sunt mereu decalate în timp faţă de originea tensiunii. Acest decalaj este proporţional cu surditatea noastră, cu capacitatea de a nu auzi mesajele care ni se trimit. Fenomenul se poate datora unei extreme sensibilităţi, care ne face să le resimţim mai puternic, sau, pur şi simplu, refuzului de a ne schimba. Decalajul este mai important pentru boală decât pentru traumatism şi este cu atât mai mare cu cât tensiunea sau semnificaţia ei este „refuzată", mai ales că ea atinge zone cu sensibilităţi foarte puternice la individ. Se poate întâmpla chiar, atunci când boala afectează puncte-cheie fundamentale ale persoanei, ca ea să aibă efecte pe planul conştiinţei, al diferitelor reincarnări.

TRAUMATISMELE CORPULUI ŞI ALE MEMBRELOR

Ele reprezintă al doilea mod de comunicare, fiind vorba despre un al doilea stadiu în ierarhia mesajelor, şi exprimă etapa în care individul, prin Nonconştientul său, este în căutarea unei soluţii. Traumatismul este deci o expresie activă, în sensul că el constituie o dublă tentativă din partea persoanei care îl trăieşte. El transmite, înainte de toate, un mesaj nou, mai intens decât precedentul, fiind un mod deschis de comunicare. Stăpânul sau Ghidul Interior bate mult mai tare în geam, de data asta, şi va ajunge chiar să-l spargă pentru că, făcând suficient de mult zgomot, îl va obliga pe Vizitiu să-l asculte. Acest stadiu poate să permită o schimbare directă a situaţiei care ne priveşte, căci apare în cursul procesului de condensare sau de eliberare a energiilor. Nu înseamnă însă că va trebui să trecem printr-o reproducere a schemelor, cu condiţia să „confirmăm primirea". Traumatismul marchează un timp de oprire, de pauză, pentru persoana în cauză,

obligând-o să-şi întrerupă dinamica neadaptată ca să înţeleagă şi să se schimbe.

Dar traumatismul este, de asemenea, o tentativă activă de stimulare sau de eliberare a energiilor tensionate care sunt înmagazinate din cauza agitaţiei interioare a persoanei respective. Din această cauză, el nu are loc întâmplător. Şocul, tăietura, entorsa, fractura se vor produce într-un punct precis al corpului fizic, cu scopul de a stimula energiile care circulă în acest punct sau de a evacua blocajul de energie din acest punct, câteodată ambele simultan, furnizându-ne astfel informaţii de extremă precizie despre ce se petrece în noi. Răsucirea gleznei drepte sau tăierea degetului stâng, deplasarea celei de-a treia vertebre cervicale sau o lovitură la cap semnifică, de fiecare dată, ceva care nu merge.

Într-o zi, la unul dintre seminariile mele, am expus această idee şi am dat exemple. La un moment dat, vorbind despre problemele genunchilor, am explicat că ele sunt legate, în general, de tensiunea relaţională cu ceilalţi şi, în special, de o serie de dificultăţi în a renunţa, a ceda, a accepta ceva legat de relaţia cu un alt individ. Am obţinut ca răspuns un imens hohot de râs. M-am adresat atunci unuia dintre cei care tocmai îşi exprimaseră dezacordul în acest fel şi l-am rugat să-mi spună în ce constă amuzamentul din cele expuse de mine. Acest bărbat mi-a răspuns atunci că avusese o entorsă la genunchi, în urmă cu doi ani, pentru simplul fapt că, în timp ce disputa frenetic un meci de fotbal, a lovit mingea în momentul în care făcea o întoarcere. Deci nu este nimic de neînţeles că, în timpul practicării unui sport, printre altele, ne putem răni din întâmplare. L-am întrebat la ce genunchi s-a rănit. „La dreptul", mi-a răspuns. I-am propus atunci să se gândească dacă, la vremea respectivă, nu se afla în relaţii conflictuale cu o femeie căreia îi refuza ceva. Apoi, nedorind să insist asupra subiectului, am trecut la altă temă fără să-i cer răspunsul. În jumătatea de oră care a urmat, l-am văzut scormonindu-şi mintea, ca, la un moment dat, să se facă la faţă alb ca varul. Mi-am

întrerupt discursul ca să-l întreb ce s-a întâmplat. A mărturisit în faţa întregului grup ceea ce tocmai îşi amintise. Înainte de meci, primise din partea soţiei sale, cu care se afla în conflict de câteva luni, scrisoarea oficială în care aceasta cerea divorţul, pe care el refuzase să-l accepte.

Traumatismele sunt active, căci ele se manifestă în Yang. Ele privesc în general părţile corpului care se află la exterior: membrele, capul, bustul. Ele acţionează astfel la nivelul energiilor defensive care circulă în principal la suprafaţa corpului. Locul rănit devine o informaţie esenţială pentru a înţelege, iar lateralitatea dă încă şi mai multă fineţe acestei înţelegeri. O entorsă la încheietura mâinii înseamnă, în general, ceva, dar faptul că este vorba de partea dreaptă sau de cea stângă va face şi mai precisă semnificaţia traumatismului. Trebuie ştiut că, cu cât tensiunea este mai puternică sau durează de mai mult timp fără să fi fost „percepută", cu atât traumatismul are şanse să fie mai grav, chiar violent. El nu este însă mai puţin „pozitiv", adică activ, chiar dacă duce la un accident mortal, în sensul că reprezintă o tentativă, uneori extremă, de acţiune, de evacuare, de schimbare a lucrurilor. Deci este clar că va trebui să fie înţeles şi, dacă e necesar, tratat în acest mod de interpretare a lucrurilor. Dacă nu, riscăm să reducem la tăcere o căutare, câteodată vitală, a soluţiilor.

BOLILE ORGANICE ŞI PSIHICE

În sfârşit, al treilea tip de mesaj este cel care se bazează pe boli, fie ele organice şi/sau psihice. Aici ne aflăm într-un stadiu de eliberare a tensiunilor, a agitaţiilor interne, pe care îl putem califica drept „pasiv". Suntem în Yin, în profunzimile corpului sau ale spiritului. Individul îşi elimină tensiunile, dar, de data aceasta, într-un mod „închis".

Stăpânul Interior deteriorează Caleaşca pentru a-l obliga pe Vizitiu să se oprească. Înlăturarea tensiunilor, chiar dacă are o semnificaţie, obligă la oprire şi nu mai permite schimbarea directă. Ea apare la sfârşitul ciclului de condensare

sau de eliberare, dacă acesta nu s-a derulat total sau corect şi „încăpăţânarea" noastră a fixat, a cristalizat lucrurile înlăuntrul nostru. Va trebui deci, obligatoriu, să trecem prin reproducerea schemelor, a experienţelor, a trăirilor, pentru a integra şi a schimba, dacă e posibil, memoriile Conştiinţei sale Holografice. Reproducerea schemelor poate totuşi să se facă dacă avem o conştiinţă îmbogăţită. Ea va depinde de înţelegerea experienţei pe care am avut-o, de capacitatea noastră de decodare şi acceptare a mesajului bolii.

Boala ne permite două lucruri. Mai întâi, eliberarea energiilor tensionate înmagazinate şi, în acest sens, joacă un rol important de supapă. Putem medita serios asupra a ceea ce reprezintă felul „modern", adică alopat (medicamente chimice), de a ne trata bolile, reducându-le la tăcere sau chiar „omorându-le" încă de la început sau când sunt în plină forţă, împiedicându-le să se exprime. Dar boala serveşte şi ca semnal de alarmă la fel de precis ca cel al traumatismelor. Ea ne vorbeşte exact despre ceea ce se întâmplă în noi şi ne dă indicaţii interesante pentru viitor. Ca mesaj pasiv, boala este o fugă, o vlăguire a persoanei care o suportă, fiind uneori trăită în mod inconştient ca o înfrângere.

O Caleaşcă stricată care a fost reparată nu mai este la fel de solidă ca una nouă sau nu-i mai inspiră multă încredere proprietarului. Boala reprezintă, conştient sau nu, o constantă a eşecului sau a incapacităţii de a înţelege, de a admite sau, pur şi simplu, de a resimţi frământarea interioară. Nu am ştiut să acţionăm sau să facem astfel încât să schimbăm lucrurile ori, şi mai rău încă, gândim că nu am fost suficient de puternici pentru a rezista. Astfel, eliminăm, mai mult sau mai puţin conştient, ideea că lucrurile se pot face şi mai bine. Dacă învăţăm lecţia, după recuperare, vom dezvolta imunitate interioară; dacă ne sustragem, vom slăbi şi mai mult, astfel încât vom dezvolta, din ce în ce mai uşor, diverse boli. Cu cât tensiunea de eliminat este mai veche, cu atât este mai puternică şi cu atât boala „va avea nevoie" să fie profundă şi gravă.

Această diferenţă dintre caracterul „pasiv" al maladiei şi cel „activ" al traumatismelor este fundamentală. Ea apare chiar în felul în care corpul fizic o „rezolvă". În cazul traumatismelor, corpul repară deteriorarea cu ajutorul fenomenului miraculos al cicatrizării. Acesta este activ, căci celulele traumatizate sau de acelaşi tip se reconstituie. Vizitiul însuşi poate repara stricăciunea. În cazul bolii, corpul se drege mulţumită sistemului imunitar. Acest proces este pasiv în sensul că celulele care intervin sunt de un alt tip decât cele care sunt bolnave. Trebuie chemat în ajutor un depanator pentru a repara Caleaşca. Ajutorul, soluţia vin din exterior, de la elemente străine (globulele albe, de exemplu), pe când, în cazul traumatismului, partea traumatizată este cea care se ajută, se repară ea însăşi cu propriile celule.

ACTELE „RATATE"

Cu ceea ce a definit ca act „ratat", Freud ne-a dat un element extraordinar de bogat al psihologiei individuale şi al interacţiunilor corp-spirit. El spunea că prin lapsusurile şi gesturile noastre stângace şi accidentale exprimăm, eliberăm tensiuni interioare pe care nu am putut sau nu am ştiut să le deblocăm altfel. Astfel, atunci când avem un lapsus, acesta exprimă de fapt gândirea noastră reală.

M-a surprins mereu faptul că el a numit întotdeauna aceste acte „ratate". Din acest motiv, ele sunt în mod automat percepute, resimţite ca o greşeală, ceva ce nu este adaptat şi trebuie evitat (cel puţin pentru cei mai mulţi dintre indivizi). Este regretabil, căci vom căuta, în măsura posibilului, să împiedicăm producerea lor, apelând mai ales la o cenzură interioară cât mai eficace. Prefer să-l numesc act „reuşit", chiar dacă rezultatul concret nu este cel aşteptat de Conştientul persoanei. Căci acest act este manifestarea reală a unei tentative de comunicare a Nonconştientului nostru spre Conştientul nostru. Este vorba de un mesaj, câteodată codat, prin care Nonconştientul exprimă o tensiune interioară; înseamnă, pentru Conştientul nostru, că lucrurile nu sunt coerente, că

nu cadrează. Stăpânul sau Ghidul Interior ia hăţurile pe care le ţine Vizitiul adormit, sperând că zgâlţâielile produse la trecerea printr-o groapă sau peste un dâmb îl vor trezi pe acesta din urmă.

Actul „reuşit", aşa cum sunt mesajele despre care am vorbit înainte şi din care face parte, are trei forme. Poate fi vorba de un *lapsus linguae*, adică de o „eroare" de exprimare verbală (folosirea unui cuvânt în locul altuia), de un gest „neîndemânatic" (răsturnarea unei ceşti pe cineva sau spargerea unui obiect), gest care nu produce rezultatul scontat, şi, în sfârşit, de un act mai traumatizant, cum ar fi o tăietură, o entorsă sau un accident de maşină. Am detaliat acest ultim tip în capitolul despre traumatisme.

Acest enunţ ne permite să înţelegem de ce Freud a vorbit de act „ratat", deoarece acesta ia mereu o formă în aparenţă negativă. Raţionamentul este foarte simplu. Nonconştientul nostru se comportă ca un copil. Când un copil consideră că părinţii nu se ocupă suficient de el, nu îl ascultă destul, el face ce trebuie pentru ca situaţia să se schimbe. În leagăn, plânge, urlă şi această „strategie" merge, sistemul este bun. Mai târziu, va face acelaşi lucru spărgând o farfurie, având rezultate proaste la şcoală, chiar bătându-şi sora mai mică sau fratele. Şi noi procedăm în acelaşi mod ca părinţii. Suntem prea ocupaţi pentru a ne da seama de nevoile copilului nostru interior. Astfel, nu reacţionăm decât atunci când apelul devine supărător, adică negativ. Nu am ştiut să percepem nimic înainte. Este exact acelaşi lucru între Conştientul şi Nonconştientul nostru. Acesta din urmă ne trimite mesaje „pozitive", cum sunt cele despre „efectul oglindă" (vezi pagina 51) sau visele, dar, de cele mai multe ori, nu suntem capabili sau pregătiţi să le ascultăm.

Nonconştientul, Stăpânul sau Ghidul Interior, trece atunci la stadiul doi, care este cel al mesajelor cu caracter „negativ", adică ne prezintă ceva dezagreabil ca noi să ascultăm şi să înţelegem.

În condiţiile în care comunicarea există încă, adică nu a fost tăiată de o „hipertrofie" a Conştientului, mesajul ne va induce tensiuni fizice sau psihice, coşmaruri, acte „ratate" uşoare (lapsus, spargerea obiectelor semnificative etc.). Dacă această comunicare este de proastă calitate, aproape inexistentă, forţa mesajului va trebui să crească (când legătura telefonică este proastă, trebuie câteodată să ţipăm pentru a fi auziţi de cel de la capătul firului). Vom intra în etapa accidentală sau conflictuală pentru a provoca şi a obţine traumatismele despre care am vorbit la capitolul precedent. Putem şi să acţionăm în aşa fel încât să ne îmbolnăvim (să răcim, să bem sau să mâncăm prea mult sau prea puţin etc.). În situaţia în care comunicarea este întreruptă, apare boala profundă, structurală (boli autoimune, cancer etc.).

„EFECTUL OGLINDĂ"

Înainte de a ajunge acolo, viaţa ne propune în permanenţă mijloace de informare şi de reflecţie asupra a ceea ce se petrece în noi. Mesajele ne sunt trimise în fiecare moment de mediul nostru şi ne dau, în mod constant, indicaţii juste şi profunde. Acest prim nivel de mesaje trimise de viaţă pentru a ne ajuta să înţelegem cine suntem şi ce avem de trăit se numeşte „efect oglindă". În fapt, viaţa se bazează pe numeroase suporturi pentru a ne vorbi şi a ne ghida şi nu depinde decât de noi să o ascultăm. Observând ceea ce se petrece în jurul nostru şi ce reprezintă ceilalţi în biotopul nostru, reuşim să ne înţelegem pe noi înşine. În acest fel de percepere a vieţii se înscrie „efectul oglindă", despre care Carl Gustav Jung spunea: „Percepem la alţii celelalte mii de faţete ale noastre".

Ce se înţelege deci prin „efectul oglindă"? Este vorba despre unul dintre conceptele filosofice care a fost cel mai greu de acceptat în cercetarea pe care am întreprins-o. Înseamnă, de fapt, că tot ceea ce vedem în şi la ceilalţi nu este decât reflectarea noastră. Când ceva ne place la cineva, este vorba despre o parte din noi înşine în care nu îndrăznim să

credem sau pe care nu îndrăznim să o exprimăm. Până aici, principiul este acceptabil. Să mergem mai departe. Atunci când ceva ne este insuportabil la altul, acest lucru vrea să spună că este vorba despre o polaritate care, de asemenea, ne aparţine, dar care este de nesuportat pentru noi. Refuzăm să o vedem, să o acceptăm şi nu o putem tolera la alţii pentru că ne trimite la noi înşine, ceea ce devine foarte dificil de admis. Să reflectăm sincer la acest lucru. Care este singura parte a corpului nostru pe care nu o putem vedea niciodată cu propriii ochi, chiar dacă am fi cel mai mare contorsionist al lumii? Este vorba de înfăţişarea noastră. Or, ce reprezintă înfăţişarea? La ce serveşte? Ea reprezintă propria identitate şi, de altfel, fotografia noastră este pusă pe documentele numite „de identitate". Singurul mod de a ne vedea figura este de a o privi într-o oglindă. Vedem în oglindă reflectarea noastră, imaginea pe care ne-o retrimite. În viaţă, oglinda este celălalt. Ceea ce vedem acolo şi imaginea pe care ne-o retrimite sunt reflectarea fidelă a ceea ce se întâmplă în noi. Aceasta prinde încă şi mai multă forţă dacă adăugăm faptul că „alegem" persoanele cu care ne întâlnim. Ce palmă! Ce afront când, de exemplu, întâlnim adesea persoane nedrepte. Suntem obligaţi să reflectăm asupra propriei nedreptăţi faţă de ceilalţi. Să reflectăm asupra propriei aviditaţi dacă întâlnim frecvent persoane avide şi asupra propriei infidelităţi dacă suntem mai mereu trădaţi.

Bineînţeles, aşa cum eu însumi am făcut deseori, nu găsim la noi ceea ce ne displace sau ne jeneaza la celălalt. Dar, dacă suntem întru totul sinceri, dacă acceptăm fără să judecăm să ne observăm în mod real, vom descoperi repede în ce punct celălalt se aseamănă cu noi şi când am fost ca el. Viaţa este astfel făcută încât nu vedem, nu percepem, nu suntem atraşi decât de ceea ce ne interesează, ne priveşte. Am fost frapat, acum mai mulţi ani, când, într-o zi, am ales să cumpăr un model de maşină. Acesta exista pe piaţă de aproximativ un an. Începând cu data la care am decis să o cumpăr, am văzut maşina respectivă încontinuu pe stradă.

Or, nu trecuseră mai mult de câteva zile de când atenţia îmi fusese atrasă, în mod deosebit, de acest model. În acelaşi fel, vedem la celălalt ceea ce ne interesează, ne priveşte.

A doua componentă a „efectului oglindă" este că Nonconştientul nostru, Conştiinţa noastră Holografică, Stăpânul sau Ghidul nostru Interior ne conduc spre a întâlni persoanele care ne convin. Acest principiu funcţionează atât în sens negativ, cât şi în sens pozitiv. El face ca, dacă vrem cu adevărat un lucru, să întâlnim, ca din întâmplare, persoanele, cărţile sau emisiunile de radio ori televiziune care ne vor ajuta. Dar tot acest principiu, care a fost numit de C.G. Jung fenomenul *sincronicităţii*, ne face să întâlnim persoane care „nu ne convin" când avem ceva de înţeles, de schimbat în atitudinea noastră faţă de viaţă. De altfel, uneori este dificil de sesizat sau de acceptat, dar, în toate cazurile, singura întrebare care se pune este „Ce trebuie să înţeleg din această situaţie?" sau „Ce am avut de învăţat din această întâlnire?" Dacă suntem sinceri, răspunsul vine repede. Lama şi budiştii tibetani spun de altfel că, în viaţă, „cei mai buni maeştri (cei care ne fac să evoluăm) sunt cei mai răi duşmani ai noştri, cei care ne fac să suferim cel mai mult"...

Dar noi suntem, din păcate, foarte adesea surzi sau proşti ascultători ai acestor mesaje, care ne previn despre ce se petrece şi despre ce avem de înfăptuit în viaţă. Suntem deci obligaţi să mergem mai departe, spre actele ratate, traumatismele, chiar boala. Ele ne vorbesc, dar trebuie să învăţăm să le decodăm limbajul. O vom face în cea de-a treia parte a acestei lucrări, studiind diferitele elemente ale corpului nostru, funcţia lor. Acest lucru poate părea inutil, căci toată lumea consideră că ştie la ce foloseşte un braţ, un picior, un stomac sau un plămân. Dar nu avem decât o imagine fragmentară a părţilor corpului nostru, cărora le cunoaştem şi le înţelegem numai funcţia mecanică. Este bine să lărgim înţelesul global al acestei funcţii şi mai ales reprezentarea ei, proiecţia ei psihologică. Am putea astfel deduce semnificaţia tensiunilor care se manifestă în cutare sau cutare punct al

corpului. Dacă numai acest lucru vă interesează, puteţi trece direct la partea a treia.

Însă mi se pare util să explic mai înainte **cum** şi, mai ales, mulţumită **cui** lucrul acesta se întâmplă. Prin prezentarea globală a realităţii umane, am reuşit să vedem de ce lucrurile se derulează în acest mod. Acum vom aborda felul în care ele funcţionează înlăuntrul nostru, abordând domeniul energiei, al înţelegerii energetice a fiinţei umane. Aş vrea să vă propun codificarea taoistă a acestor energii şi mai ales structurarea lor în corp. Yin, Yang, meridianele de acupunctură, ceakrele, toate sunt concepte care ne vor permite să plasăm lucrurile în interiorul corpului nostru şi să sesizăm interrelaţiile existente. Graţie lor, vom putea lega între ele toate aceste părţi din interiorul nostru pe care ştiinţa modernă le separă şi le segmentează. Putem astfel să le dăm din nou un sens pe care, fără îndoială, l-am uitat puţin.

Inima mea se teme să sufere, îi spune tânărul alchimistului, într-o noapte, în timp ce priveau cerul fără lună.

– Spune-i că teama de suferinţă este mai rea decât suferinţa însăşi. Şi că nicio inimă nu a suferit vreodată atunci când şi-a urmat visele.

Paulo Coelho, *Alchimistul*

Nu cerul este cel care taie prematur firul vieţii oamenilor; oamenii sunt cei care, prin rătăcirile lor, îşi atrag ei înşişi moartea la mijlocul vieţii.

Mong Tseu

Partea a doua

Cum se întâmplă toate acestea? Cum se leagă lucrurile în noi?

CONCEPTUL „OMUL, ÎNTRE CER ŞI PĂMÂNT"

ENERGIILE YIN ŞI YANG ÎN OM

Printre tradiţiile care au ştiut să codifice şi să conserve o conceptualizare holistică a omului, tradiţia chineză mi se pare deosebit de interesantă. Filosofia taoistă, prin ideea „Totul este în tot", a redat individului locul corect. Microcosmosul omului este construit identic cu macrocosmosul Universului. Plecând de la acest mare principiu de bază, corpul uman este alcătuit, construit conform aceloraşi reguli ca şi Universul şi trebuie să respecte aceleaşi legi ciclice. Cel mai uşor de recunoscut sunt anotimpurile, ciclul zi-noapte, lunaţiile, dar, desigur, sunt şi altele.

Omul, plasat „între Cer şi Pământ", primeşte energie de la fiecare dintre acestea. Rolul lui este de a o cataliza, transformând-o înlăuntrul său pentru a o „umaniza" şi, astfel, să evolueze. El participă, din acest motiv, direct la echilibrul general şi nu poate fi înţeles dacă este deconectat de la ansamblu, de la „tot". Fizicienii „cuantici" nu vor susţine nici ei contrariul. Ei au descoperit noţiunea „Totul este în tot" şi au constatat un asemenea nivel de interacţiune între lucruri, încât cercetătorul însuşi, inclusiv instrumentele de măsură pe care le alege, exercită o influenţă, chiar determină rezultatul experienţelor. Oare realitatea nu ar fi ea însăşi segmentată aşa cum un anume cartezianism ne lasă să credem?

Aceşti fizicieni „cuantici" au făcut, de altfel, paşi mari înainte când au întâlnit şi au colaborat cu oameni ca C.G. Jung, Wolfgang Pauli, Krişnamurti sau David Bohm (elev şi protejat al lui Einstein). Cât despre fizicianul David Peat, acesta „lucrează" cu indienii din America de Nord, numiţi *Blackfeet* (picioarele negre), căci felul lor special de a descrie şi a înţelege lumea face ca ei să nu vorbească şi să nu înfăţişeze lucrurile şi obiectele ca atare, ci procesele şi funcţiile. Vom vedea, în partea a treia a lucrării noastre, cât de mult poate îmbogăţi acest mod de prezentare înţelegerea lucrurilor şi a interacţiunii lor. „Viziunea" lor nu poate fi niciodată înţepenită şi este, din acest motiv, în permanenţă dinamică. Fritjof Capra arată foarte bine, în cartea sa *The Tao of Physics**, cum, prin acest demers cuantic, „regăseşte" toate legile descrise, în urmă cu mii de ani, de filosofia Tao, căci – ţin să repet – taoismul este o filosofie de viaţă, nu o religie, contrar a ceea ce cred unii.

Lao-Zi şi Confucius, care au fost precursorii, „scribii teoreticieni" ai acestei filosofii şi, în special, ai celei Yin şi Yang, erau de altfel filosofi literaţi şi nu călugări. Prin aceste două axe conceptuale, Yin şi Yang, şi Legea celor Cinci Principii – sau Legea celor Cinci Elemente –, toată viaţa din

* Tradusă şi la noi sub titlul *Taofizica – paralelă între fizica modernă şi mistica orientală*, Bucureşti, Editura Tehnică, 2004 (n. trad.).

Univers şi cea a fiinţei umane au fost codificate şi structurate. Cum a fost posibil? Simplu, prin observarea empirică, dar „inteligentă", a lucrurilor şi prin capacitatea de „a deschide" anumite câmpuri ale conştiinţei.

Thai Chi, simbolul Tao

Prima axă conceptuală este teoria lui Yin şi Yang. Ea se bazează pe ideea că orice lucru există şi funcţionează graţie acţiunii şi interacţiunii permanente şi imuabile a două forţe, Yin şi Yang. Această bipolaritate Yin/Yang este total complementară. Într-adevăr, cu toate că cele două forţe sunt „opuse", ele nu sunt niciodată antagoniste şi nici monolitice. Întotdeauna, când una dintre ele este la maximum, poartă în ea începutul, punctul de naştere a celeilalte. Totul este deci construit, observat şi înţeles în jurul acestui concept. Există zi, există noapte. Există cer, există pământ, negru şi alb, sus şi jos, tânăr şi bătrân, urât şi frumos, pozitiv şi negativ, cald şi rece etc. Structurarea bipolară Yin/Yang a întregii materializări a vieţii apare clar, având în plus această fineţe de a înţelege că nimic nu este numai unul sau numai celălalt,

ci aşa cum arată celebrul simbol Tao, unde fiecare parte poartă în ea un punct de culoarea opusului său.

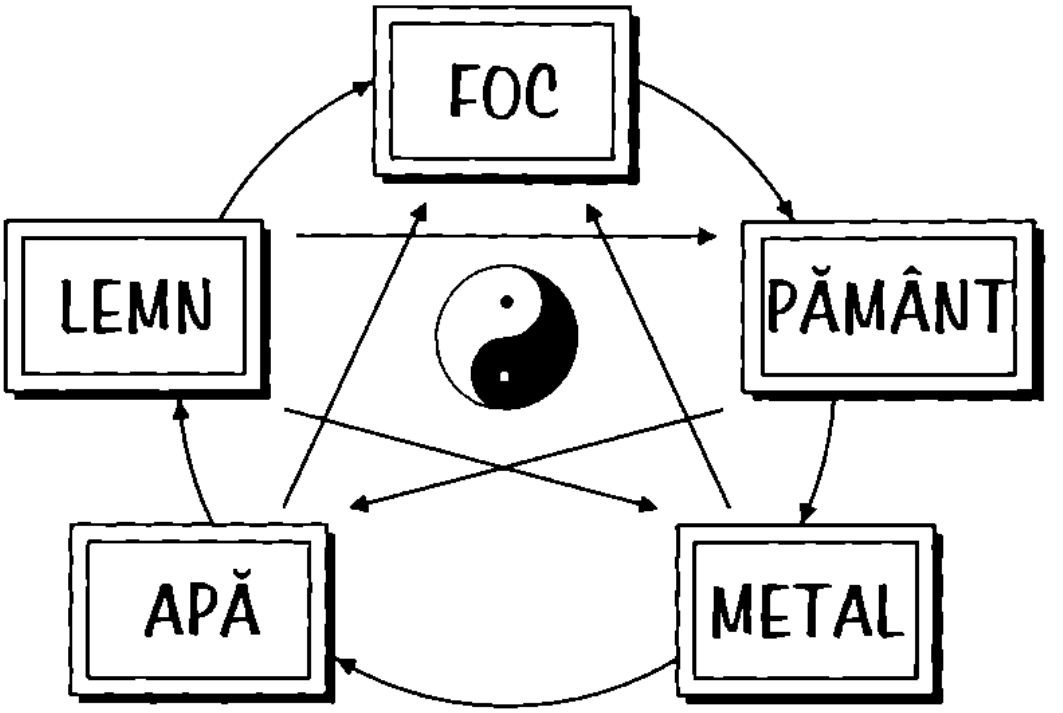
Toate planurile vieţii sunt raportate şi reprezentate de faimoasele Kouas, aceste linioare pline sau tăiate care reprezintă toate combinaţiile posibile între Yin şi Yang (2, bipolaritate), asociate cu trigramele (3, trinitate). Fiecare trigramă, compusă din trei linioare Yin (tăiate) sau Yang (pline), corespunde unei reprezentări majore a vieţii familiale (tată, mamă, fiu, fiică etc.) sau a naturii (vânt, tunet, mlaştină, munte etc.) şi simbolizează toate posibilităţile prin care se exprimă viaţa. Combinate două câte două, trigramele dau „hexagramele" care compun baza analitică a faimoasei *Yi King*, sau Cartea Prefacerilor. Această carte nu este o lucrare divinatorie, ci este, de fapt, un instrument remarcabil pentru traducerea mesajelor interioare şi a semnalelor pe care Stăpânul nostru sau Ghidul Interior ni le trimite. Vom vedea ulterior cât de importante sunt aceste mesaje. Aşa cum putem constata în tabelele următoare, toate manifestările vieţii pot fi clasate în funcţie de forma lui Yin sau Yang. Bineînţeles că este imposibil să le citãm pe toate şi vă propun numai câteva exemple. Esenţial este să sesizăm spiritul acestei segmentări aparente.

YIN	YANG
Luna, iarna, apa, nordul, frigul, noaptea, femininul, mama, pasivul, negativul, primirea, sentimentul, afectul, profundul, negrul, întunecatul, obscuritatea, interiorul, ascunsul, spaţiul, josul, dreapta, dulcele, suplul, manifestatul, tangibilul, gestul, realul, perechea, materia, cantitatea, substanţa etc.	Soarele, vara, focul, sudul, căldura, ziua, masculinul, tatăl, activul, pozitivul, talentul, acţiunea, reflecţia, suprafaţa, albul, clarul, lumina, exteriorul, aparentul, timpul, înaltul, stânga, duritatea, neînduplecarea, nonmanifestatul, intangibilul, gândul, virtualul, imparul, energia, calitatea, esenţa etc.

Cu logica lor solidă, filosofii chinezi au aplicat această „împărţire" întregului Univers, macrocosmosul, şi omului, microcosmosul. Într-un corp omenesc, de exemplu, partea de jos este Yin şi partea de sus Yang, dreapta este Yin şi stânga este Yang, faţa este Yin şi spatele este Yang, profunzimea este Yin şi suprafaţa este Yang.

Totuşi, repet, aceste noţiuni, Yin şi Yang, nu sunt noţiuni fixe, din contră. Ele sunt total relative la nivelul observaţiei şi la punctul observat. Dacă recele este Yin, cel mai puţin rece al recelui este Yang şi cel mai rece al recelui este Yin. Dacă întunecatul este Yin, cel mai puţin întunecat este Yang şi cel mai întunecat este Yin. Cald este Yang, cel mai puţin cald este Yin şi cel mai cald, Yang. Dacă luminosul este Yang, cel mai puţin luminos este Yin şi cel mai luminos, Yang. Şi aşa mai departe. Adică Yin este întotdeauna Yin din ceva şi Yang este mereu Yang din ceva, fiecare reluându-şi semnificaţia numai prin raportare la complementul său, în acelaşi fel în care există o mână dreaptă pentru că există o mână stângă sau există sus pentru că există jos.

A doua axă conceptuală se numeşte Legea celor Cinci Principii. În urma observaţiei empirice a elementelor terestre, chinezii au fost puşi în situaţia de a constata că cinci principii de bază conduc, structurează şi reprezintă tot ceea ce există în Univers. Cele cinci principii sunt Lemnul, Focul, Pământul, Metalul şi Apa. Nu este cunoscută originea reală a acestei legi numite, mai obişnuit, Legea celor Cinci Elemente. Ea se pierde în timpuri străvechi şi s-a făurit puţin câte puţin, bazându-se pe observaţia profundă a tuturor ciclurilor naturii, care pot fi climatice, de anotimp, energetice, botanice sau altele. Această lege consideră Universul ca supus unui ciclu sistematic de funcţionare, care se derulează el însuşi în permanenţă după cele două cicluri simultane, ciclul de reproducere şi ciclul de inhibiţie, determinând raporturile interdependente dintre cele cinci principii fundamentale care se află chiar la baza existenţei Universului.



Cele cinci principii

În această lege regăsim toate elementele deja cunoscute ale Tao, fiecare principiu având o formă mai mult sau mai puţin Yin sau Yang. Fiecărui principiu i se asociază o întreagă simbolistică, care permite accentuarea globalităţii complexe şi complete pe care o reprezintă. Fiecare corespunde de fapt cu o planetă, cu un punct cardinal, un anotimp, o climă, o culoare, o savoare, un miros, un tip de aliment, un organ, un meridian Yin şi un meridian Yang, un moment al zilei, un tip de psihologie, un tip de morfologie. Bogăţia simbolistică ne arată importanţa fundamentală a legii energetice, care se află chiar la baza întregii puteri de înţelegere taoistă a omului şi se aplică la toate manifestările vieţii (mai multe informaţii asupra subiectului găsim în precedenta mea lucrare, *L'Harmonie des énergies*).

Împărţirea anului în anotimpuri, de exemplu (primăvară, vară, toamnă, iarnă), poate fi transpusă, într-un fel foarte interesant, în alte cicluri ale vieţii. Astfel, ea se suprapune perfect pe durata unei zile, dimineaţa fiind primăvara zilei, amiaza, vara, sfârşitul după-amiezei, toamna, şi noaptea,

iarna. De asemenea, aceeaşi schemă se poate aplica perfect şi vieţii unui om, naşterea şi copilăria fiind primăvara, tinereţea înainte de 40 de ani, vara, maturitatea (în jur de 60 de ani), toamna, bătrâneţea şi moartea fiind iarna. Această fragmentare pe „anotimpuri" a unui an se poate suprapune pe orice fază a timpului, în care se desfăşoară un proiect, o boală, construirea unei case sau chiar pe momentul în care ne facem digestia. Totul este în tot.

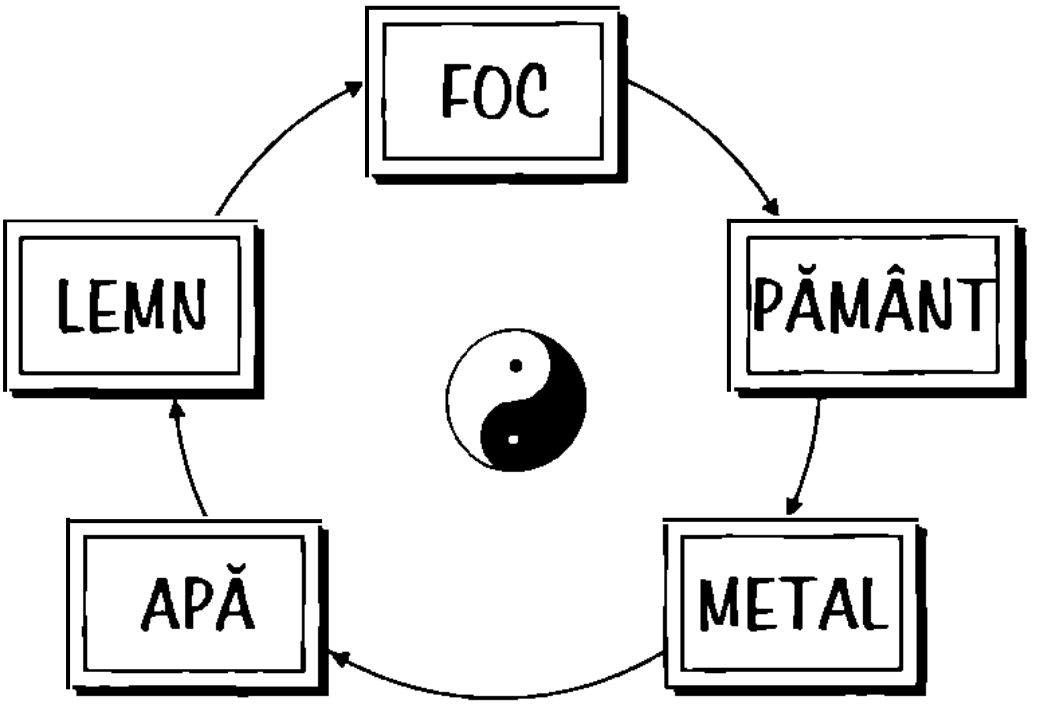
Astfel, aşa cum am explicat mai sus, aceste cinci principii nu sunt statice, fixe, ci din contră. Din acest motiv, prefer termenul „principii" în locul celui de „elemente", utilizat în mod obişnuit. Ele se află permanent în interacţiune conform a două legi care sunt, în acelaşi timp, extrem de simple şi precise. Aceste legi, care definesc şi conduc raporturile dintre cele cinci principii, au fost stabilite şi codificate prin observarea funcţionării legilor naturale. Se respectă astfel, din nou, filosofia „macrocosmosului şi a microcosmosului". Vechii chinezi au constatat că, într-adevăr, în Universul nostru, toate interrelaţiile erau conduse de doi operatori de bază: adunarea şi scăderea (înmulţirea nefiind decât o sumă de adunări şi împărţirea, o serie de scăderi). Putem deci fie să adăugăm ceva, fie să scădem, să luăm ceva. Astfel s-a ajuns la două legi, singurele de altfel care determină interacţiunile dintre cele cinci principii. Prima derivă din adunare şi se numeşte Legea Creaţiei, pe care o denumim, de asemenea, „Legea Mamă-Fiu"*. Ea defineşte, cu o logică fără cusur, prima formă de raport între cele cinci principii. Lemnul generează Focul, care naşte Pământul, care zămisleşte Metalul, care duce la apariţia Apei, care hrăneşte Lemnul, care, la rândul său, alimentează, din nou, Focul.

Să explicăm puţin: Lemnul este cel care hrăneşte, alimentează, produce Focul. Deci el îi dă naştere. Este, de asemenea, logic să spunem că Focul hrăneşte, alimentează Pământul. Oare nu agricultorii sunt cei care ard toamna paiele de pe câmp pentru a îngrăşa pământul? La fel de logică este şi ideea că Pământul produce şi „fabrică" Metalul (pe care îl extragem din pământ). Pare mai puţin evident să

---

* În ciclul celor cinci elemente, fiecare element „se naşte" din cel precedent, este „fiul" celui dinaintea sa, iar acesta, la rândul său, îi este „mamă" (n. red.).

spunem că metalul „produce" apa, dar este bine de reamintit că, oxidându-se, metalul eliberează molecule de hidrogen necesare apei.

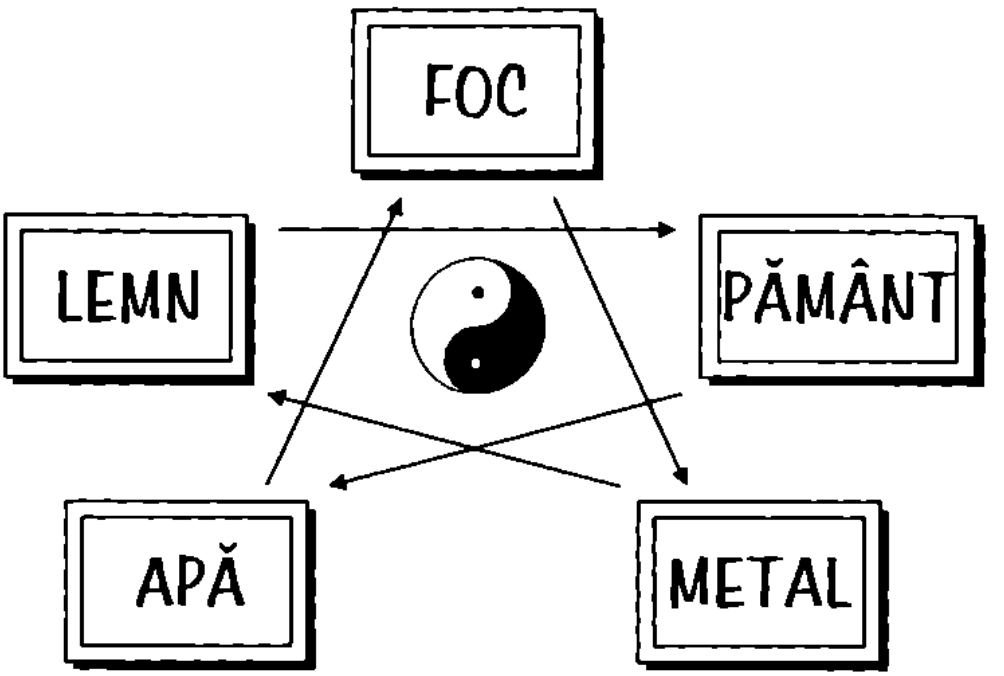


*Legea Creaţiei**

Să ne amintim că este nevoie de apă pentru ca metalul să se oxideze şi, de asemenea, când vrem să producem apă prin cataliză, plecând de la oxigen şi hidrogen, avem nevoie de un electrod metalic. În sfârşit, când este topit, metalul devine lichid. Ultima explicaţie ia în calcul cealaltă latură a relaţiei, considerând că Apa este „copilul" Metalului. Or, copilul din burta mamei se hrăneşte din trupul ei, o „mănâncă". El o „consumă" la fel cum apa „mănâncă" metalul pentru că îl corodează. Devine, în sfârşit, mai simplu de înţeles că apa zămisleşte lemnul, orice plantă având nevoie să fie udată ca să crească. A doua lege se numeşte Legea Inhibiţiei sau Legea Controlului şi derivă din scădere. Această

* Generarea unui element din celălalt (n.red.).

lege defineşte o a doua formă de raport între cele cinci principii, fiind la fel de explicită ca prima. Lemnul domină Pământul, Focul domină Metalul, Pământul domină Apa, Metalul domină Lemnul, Apa domină Focul.



Legea inhibiţiei

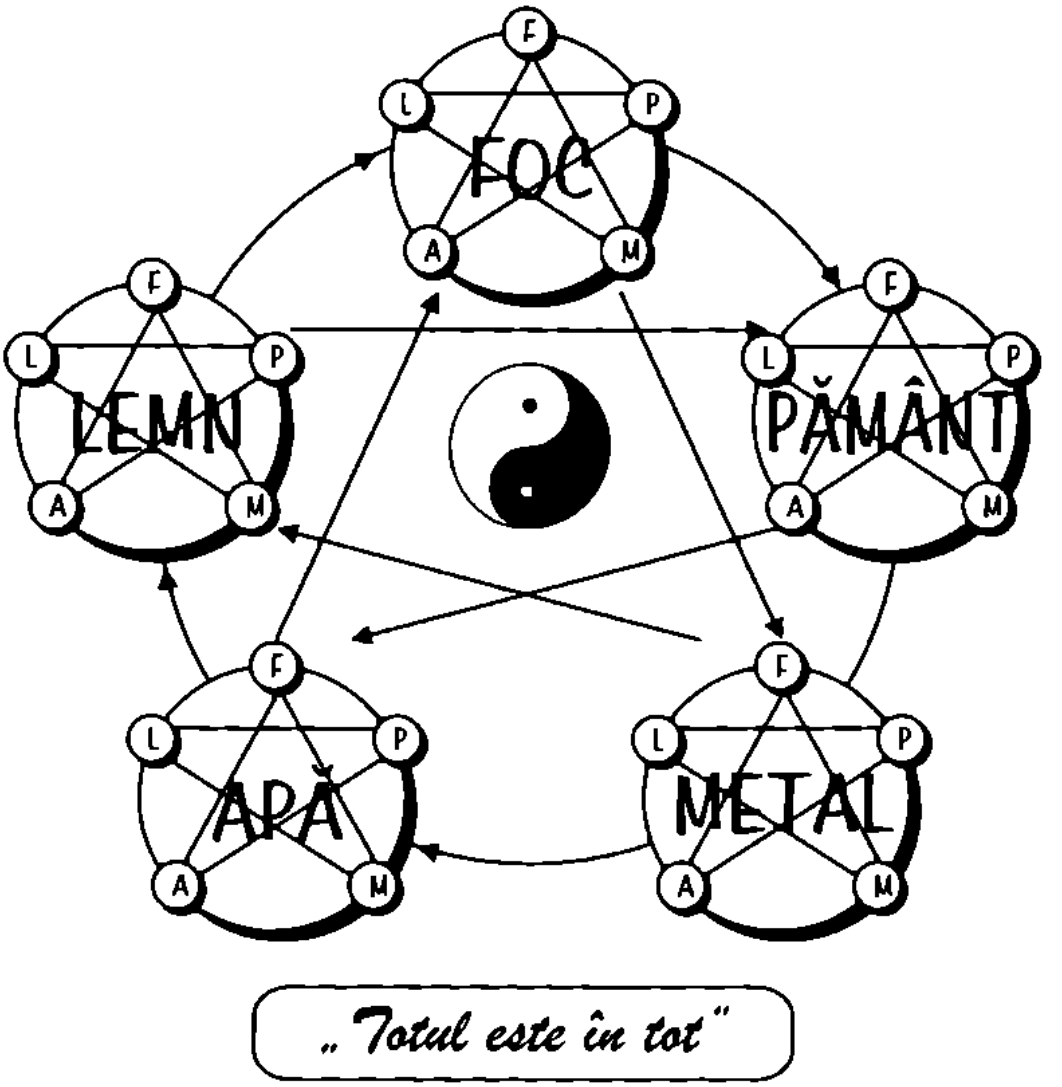
Şi aici explicaţiile sunt simple şi logice. Lemnul controlează Pământul, adică îl stăpâneşte; spunem de asemenea că îl inhibă. Din acest motiv, pentru a fixa dunele sau a împiedica eroziunea solului, plantăm vegetaţie. Este clar că Focul „controlează" Metalul. Mulţumită lui, de fapt, putem forja, topi, lucra metalul, dându-i o formă. Pământul „controlează" apa care curge din izvoare. El este cel care o absoarbe şi de care ne folosim pentru a umple băltile sau a îndigui râurile mai mari sau mai mici. Este simplu apoi de înţeles felul în care Metalul controlează Lemnul. Cu ajutorul lui tăiem lemnul şi îl prelucrăm. Mai e nevoie să explicăm cum Apa controlează şi inhibă Focul? Ea este cea care îl „răceşte", îl stinge chiar.

Imaginile sunt suficient de clare pentru a nu avea nevoie de explicaţii suplimentare. Aceste două legi naturale simple definesc raporturile permanente de interdependenţă, interrelaţiile dintre cele cinci principii. Ele poziţionează şi precizează influenţele reciproce şi importanţa lor relativă şi, în consecinţă, pe aceea a tuturor criteriilor intervenite aflate în relaţii cu ele (anotimp, oră, dezechilibru, formă, psihism, tipologie individuală etc.) şi, mai ales, calitatea energiei care circulă în meridianele noastre. Tabelul de mai jos prezintă corespondenţa fiecărui principiu cu câte unul dintre elementele cu care se află în relaţie. Putem simboliza cele două legi ale inhibiţiei şi procreării printr-o schemă simplă (pagina 68), pe care o completăm în sensul filosofiei „Totul este în tot". Fiecare principiu este construit în jurul şi prin aceste două legi, la care se adaugă cinci „subprincipii". În Metal, de exemplu, avem din nou Pământ, Apă, Lemn, Foc şi, bineînţeles, Metal. Totul este construit în felul a ceea ce eu numesc „sala oglinzilor". În celebra galerie a Palatului Versailles, când vă aşezaţi în faţa unei oglinzi, prezenţa altor oglinzi în spatele dumneavoastră face ca imaginea care vă este retrimisă să se multiplice, practic, la infinit. Conceptul „Totul este în tot" se poate compara cu acest fenomen, fiecare principiu fiind compus din cinci „subprincipii", care la rândul lor... etc.

Principiu	Lemn	Foc	Pământ	Metal	Apă
Direcţia cardinală	Est	Sud	Centru	Vest	Nord
Energia sezonieră	Primăvară	Vară	Sfârşitul sezonului	Toamnă	Iarnă
Energia climatică	Vânt	Căldură	Umiditate	Secetă	Frig
Energia zilnică	Dimineaţă	Prânz	După-amiază	Seară	Noapte
Energia culorilor	Verde	Roşu	Galben	Alb	Negru
Savori alimentare	Acid, acru	Amar	Dulce	Picant	Sărat
Moment vital puternic	Naştere	Tinereţe	Maturitate	Bătrâneţe	Moarte

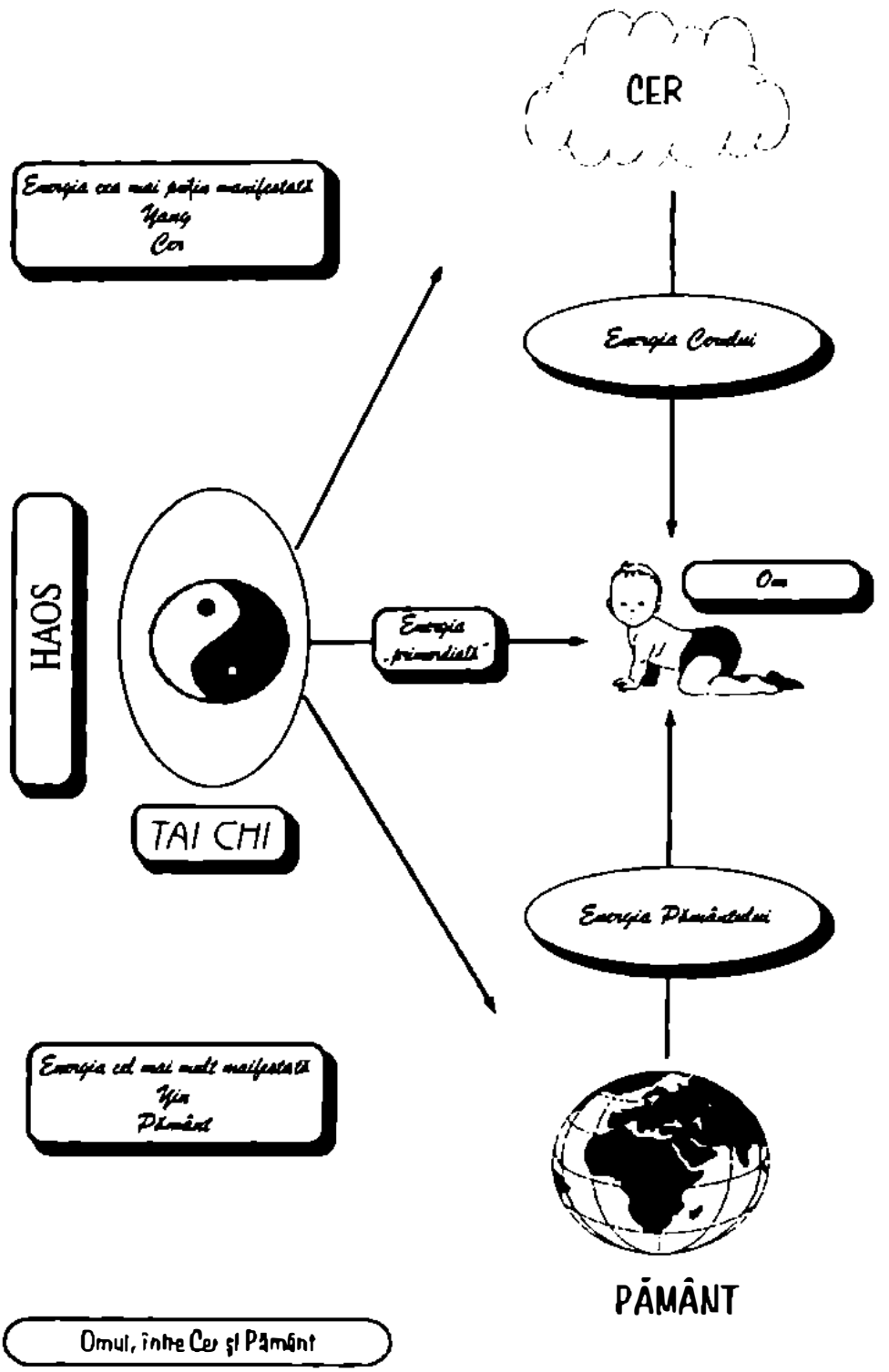
Principiu	Lemn	Foc	Pământ	Metal	Apă
Plan organic	Ficat	Inimă	Splină/ Pancreas	Plămân	Rinichi
Plan visceral	Vezica biliară	Intestin subţire	Stomac	Intestin gros	Vezică
Plan psihic general	Ochi, muşchi	Limbă, vase sanguine	Carne, ţesut conjunctiv	Piele, nas, sistem pilos	Os, măduvă, urechi
Organ de simţuri	Văz	Vorbire	Gust	Miros	Auz
Tipuri de secreţii	Lacrimi	Sudoare	Salivă	Mucozităţi	Urină
Simptomatologie fiziologică	Unghii	Ten	Buze	Peri	Păr
Tipologie psihică	Percepţie, imaginaţie, creaţie	Inteligenţă, pasiune, conştiinţă	Gândire, memorie, raţiune, realism	Voluntarism, rigoare, acţiune/ lucruri	Severitate, voinţă, fecunditate, decizie
Tipologie energetică	Mobilizare, exteriorizare	Suprafaţă	Repartiţie	Interiorizare	Concentrare
Psihologie pasională	Susceptibilitate, mânie	Bucurie, plăcere, violenţă	Reflecţie, îngrijorări	Tristeţe, solicitudine, supărare	Angoase, temeri
Psihologie virtuoasă	Armonie	Ostentaţie, strălucire	Circumspecţie, penetraţie	Claritate, integritate, puritate	Rigoare, severitate
Psihologie calitativă	Eleganţă, frumuseţe	Prosperitate	Abundenţă	Fermitate, simţul realizărilor	Simţul ascultării
Număr astrologic chinezesc	3 şi 8	2 şi 7	0 şi 5	4 şi 9	1 şi 6
Planetă asociată	Jupiter	Marte	Saturn	Venus	Mercur

Aceasta seamănă mult cu ceea ce ştiinţa „modernă" a redescoperit mulţumită lui Benoît Mandelbrot, sub numele de obiect „fractal". Să privim această nouă schemă.



CUM FUNCŢIONEAZĂ, SE STRUCTUREAZĂ ŞI SE ECHILIBREAZĂ ENERGIILE

Aşa cum am scris în cartea mea precedentă, apariţia omului s-a produs mulţumită acţiunii „Principiului Originar" (Principiul Divin, Energia Primordială, Energia Cosmică, Tao, în funcţie de credinţele şi cultura fiecăruia dintre noi) şi a existenţei şi interacţiunii energiilor Cerului şi Pământului, a manifestărilor lui Yang şi Yin (componente indisociabile ale Tao).



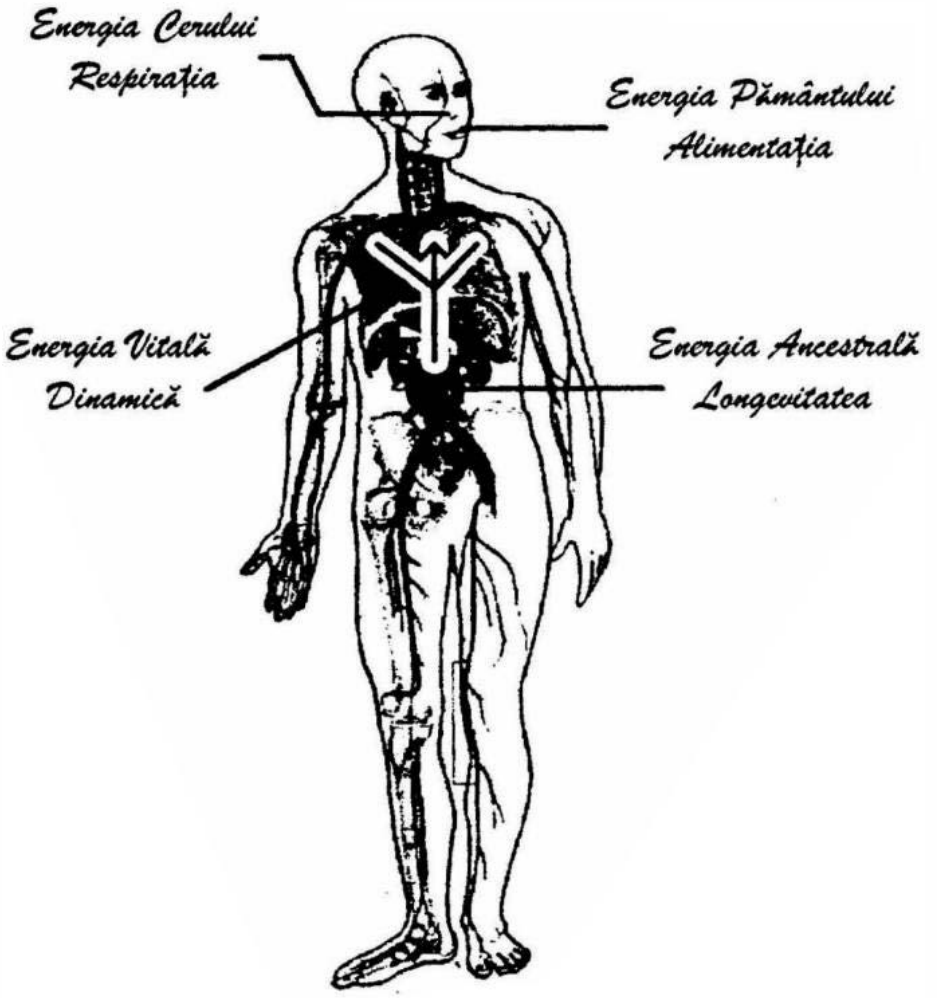
Haosul originar, dezordinea aparentă şi magma fără formă cunoscută au fost, într-o zi, ordonate de acţiunea acestei forţe structurante, care se numeşte Tao, Principiul

Unic. Unul s-a manifestat producând Doi, adică Yin şi Yang Cele două forme şi forţe energetice s-au manifestat prin Cer (Yang) şi Pământ (Yin), având un punct privilegiat de întâlnire, de convergenţă şi de transformare, care este omul. Participând activ la acest proces, el dinamizează şi modifică toate energiile care îl traversează şi îl înconjoară.

Punct de întâlnire şi de transformare între energia Yang a Cerului şi Yin a Pământului, individul le combină înlăuntrul său, cu scopul de a forma ceea ce numim Energia Esenţială (vine de la „esenţă"), adică, pur şi simplu, carburantul său brut. Acest carburant se va combina, la rândul său, cu o altă energie, numită „ancestrală", căreia i-am putea spune „aditiv", ca să rămânem în domeniul metaforei din domeniul automobilismului. Din acest amalgam se naşte o nouă formă de energie, pe care o numesc „vitală", adică supercarburantul nostru personal. Energia Vitală, proprie fiecăruia dintre noi, coexistă cu fiinţa, care este singură şi unică, cu forţele şi slăbiciunile, calităţile şi defectele, excesele şi lipsurile sale.

De-a lungul vieţii, omul primeşte şi integrează atât energia Cerului (mai ales prin plămâni şi respiraţie, „Suflul"), cât şi pe cea a Pământului (mai ales prin stomac şi alimentaţie, „Hrana"). Felul în care individul le consumă, apoi le asimilează combinându-le ca să formeze Energia Esenţială conferă calitatea şi textura acesteia, adică a carburantului brut. Din combinarea Energiei Esenţiale cu Energia Ancestrală rezultă supercarburantul care include forţa sa din momentul respectiv, rezistenţa sa, tipologia caracterială şi calitatea energiei pe care el o transmite (dacă procreează în acel moment). Această Energie Ancestrală joacă un rol important de regulator calitativ şi cantitativ al Energiei Vitale.

De fapt, în cazul în care calitatea Energiei Esenţiale lasă de dorit pentru că prezintă un dezechilibru (prea multă energie a Cerului sau a Pământului ori chiar o proastă calitate a acestora), Energia Ancestrală intervine şi joacă rolul de regulator puternic în „stoc" pentru a restabili echilibrul calitativ sau cantitativ care a fost perturbat.



Energiile care se află în noi

Modul de asimilare, apoi calitatea şi influenţa fiecăreia dintre aceste forme de energie pot fi suportate la limita determinismului, dacă nu ne îndreptăm atenţia la acestea, sau „lucrate", dacă le cunoaştem şi dorim să le facem să evolueze. O dietă inteligentă, adică nonprivativă, dar echilibrată, practicarea exerciţiilor fizice şi respiratorii, atitudini comportamentale şi psihologice adaptate ne pot ajuta să obţinem o Energie Esenţială a cărei calitate să fie satisfăcătoare.

Aş dori să revin tocmai asupra acestui „aditiv" foarte special, care este Energia Ancestrală, deoarece ea joacă un rol determinant (în toate sensurile termenului) pentru fiecare dintre noi. Aşa cum arată şi numele, această energie poartă în ea memoria înaintaşilor, fiind şi „memoria" lui Shen şi a omului. Ea este rădăcina lor şi prin ea fiecare individ este conectat la umanitate şi la istoria ei, începând chiar cu originile Universului. Am putea să ne imaginăm acest lucru gîndindu-ne la apa unui izvor de munte. Deşi curge acum, poartă în ea întreaga istorie a muntelui, cu toate mineralele şi substanţele care provin din muntele însuşi, dar şi din gheţarii săi. Or, zăpada din care provine apa de azi a căzut acum mii de ani. Prin Energia Ancestrală suntem legaţi în permanenţă de istoria noastră (Cronica Akasha), dar şi de cea a familiei şi, în special, de cea a ascendenţilor noştri. Atingem astfel o parte a inconştientului colectiv şi a arhetipurilor lui Jung.

Cantitatea de Energie Ancestrală, diferită pentru fiecare dintre noi, este determinată o dată pentru totdeauna. Ea se diminuează deci de-a lungul vieţii, având un ritm biologic dat, ca un rezervor care se goleşte progresiv şi periodic printr-un robinet pe care nu-l putem închide complet. Ritmul va fi mai mult sau mai puţin accelerat, în funcţie de solicitările provocate de comportamentul nostru şi, deci, de gestionarea acestui capital, determinând logevitatea fiecăruia dintre noi. Putem înţelege uşor cum atitudinile noastre alimentare, de igienă fizică şi mentală nu contează numai pe moment (sănătate), ci şi în timp (longevitate şi vitalitate). Să ne amintim că Energia Ancestrală compensează toate dezechilibrele.

Dar să revenim la Energia Vitală. Ea rezultă din energiile esenţiale şi ancestrale, după cum am văzut. Această alchimie profundă se petrece în interiorul fiecăruia dintre noi, într-un loc foarte precis, situat între cei doi rinichi, pe care taoiştii îl reprezintă simbolic printr-un mic vas cu trei picioare. Este un centru energetic ce corespunde izvorului

profund de unde ţâşneşte forţa vitală înlăuntrul nostru. Cele două legi Yin şi Yang şi Legea celor Cinci Principii reglează şi guvernează circulaţia Energiei Vitale. Ea se repartizează în tot corpul şi în organele pe care le va hrăni şi le va apăra, în funcţie de dinamica Yin sau Yang, şi se deplasează în aceste circuite speciale care sunt meridianele energetice. Ea va juca acest rol respectând interacţiunile definite de Legea celor Cinci Principii şi polarităţile sale.

CUM CIRCULĂ ENERGIILE ÎNLĂUNTRUL NOSTRU (MERIDIANELE)

Plecând de la vasul care se sprijină pe trei picioare, Energia noastră Vitală începe să circule, urcând într-un canal, numit canalul central, în care se înalţă Kundalini sau Tchrong Mo, în funcţie de cultură. Ea se distribuie apoi în tot corpul şi în organe prin canale mai mici şi prin faimoasele meridiane de acupunctură, pe care taoiştii le consideră ca fiind nişte râuri care ne irigă organismul. O parte din această energie va circula la suprafaţa corpului sau a organelor pentru a le apăra şi o alta, în profunzimea lor, pentru a le „hrăni".

Energia Vitală se deplasează în corpul nostru prin „fluvii" şi „râuri", numite, în mod obişnuit, meridiane. Există 12 meridiane „organice", deoarece controlează câte un organ, şi două meridiane „complementare", care sunt răspunzătoare de partea din faţă a corpului, pentru energiile Yin, şi de cea din spate, pentru energiile Yang.

Vă prezint în tabelul următor numele celor 12 meridiane de bază şi organele care le sunt asociate.

Meridian sau organ	Yin	Yang
	Plămâni	Intestinul gros
	Splină-Pancreas	Stomac
	Inimă	Intestinul subţire
	Rinichi	Vezica urinară
	Stăpânul inimii	Trei focare
	Ficat	Vezica biliară

În aceste râuri curge deci „supercarburantul" prin tot corpul nostru, în profunzime şi la suprafaţă, după traiecte precise şi bine definite. Cu toate că meridianele nu corespund cu niciun circuit fiziologic specific, ele există (chiar ştiinţa oficială le-a „regăsit"... of!) şi permit întregii noastre realităţi umane, fizice, psihice şi spirituale să funcţioneze. Cu toate că poartă nume de organe, meridianele nu joacă numai un rol fiziologic, ci au un rol foarte important în psihologie. Ele leagă, de fapt, corpul de spirit, iar energia pe care o transportă va servi la funcţionarea organului pe care psihologia i-l asociază. Graţie lor, putem să „legăm" lucrurile în noi.

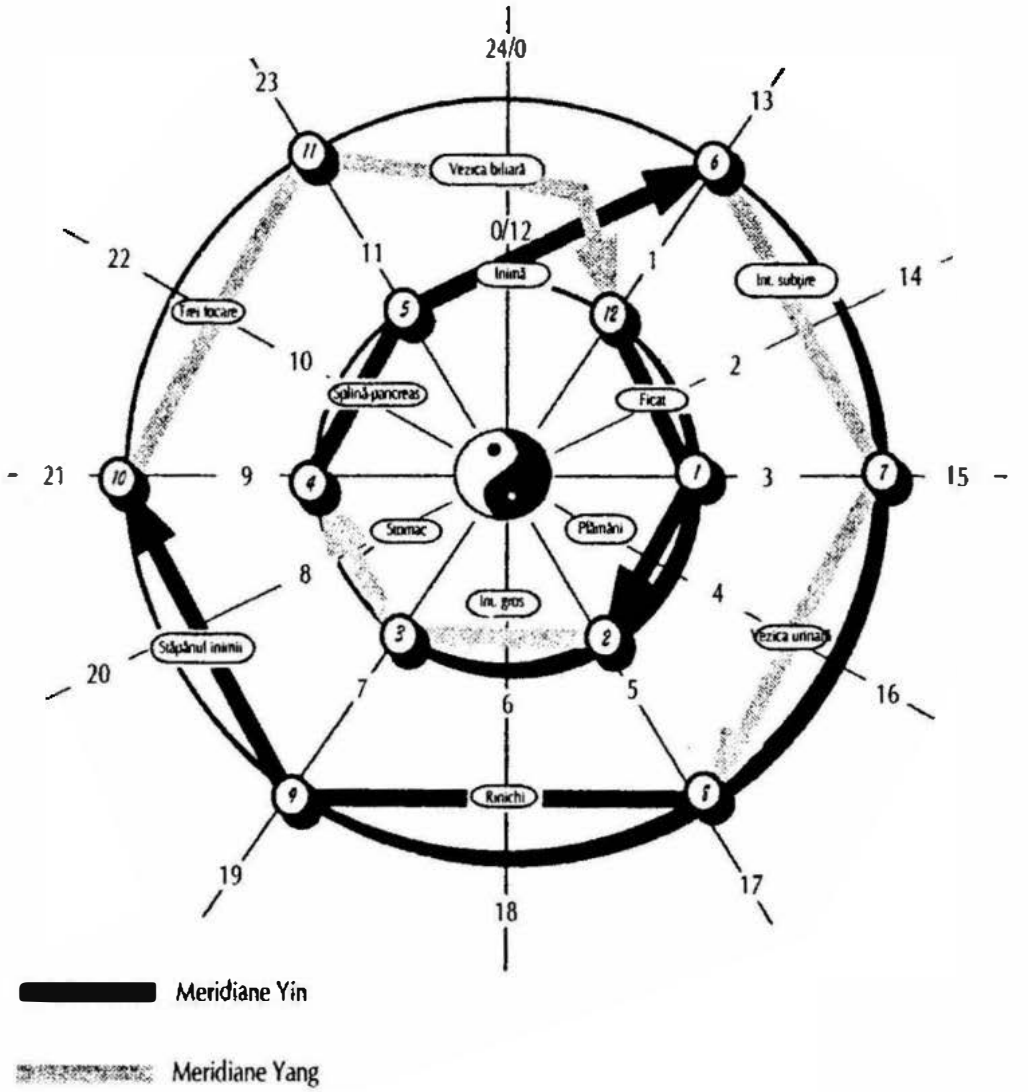
Această circulaţie se face într-o manieră imuabilă, în funcţie de un circuit spaţial şi temporal bine definit. Plecând de la canalul central, ea se derulează cotidian după un ciclu precis. De la meridianul Plămânilor, trece la meridianul Intestinului gros, apoi la Stomac, de unde se dirijează spre Splină-Pancreas. De acolo, merge la Inimă, apoi la Intestinul subţire, la Vezica urinară, de unde trece la Rinichi. Continuă prin Stăpânul inimii, apoi prin Trei focare, Vezica biliară şi, în sfârşit, prin Ficat. După aceea, ciclul reîncepe şi se repetă pe durata unei zile de 24 de ore, fiecare stadiu durând două ore.

Circulaţia Energiei Vitale produce în acest scurt interval (două ore) ceea ce numim „maree energetice", momente de forţă şi de circulaţie preponderentă a acestei energii în fiecare meridian. Aceste ore reprezintă intervale energetice „puternice" atât ale meridianului, cât şi ale fiecărui organ sau

„viscere" care îi este asociat. În compensaţie, ele nu corespund şi nu definesc relaţiile şi interacţiunile energetice existente între aceste meridiane, pe care le vom vedea mai departe şi care sunt definite prin Legea celor Cinci Principii. Vom putea astfel să înţelegem ceva mai bine ceea ce cronobiologia este pe cale să „redescopere" astăzi. Noi nu suntem mecanisme înţepenite, din contră, fiecare moment şi oră a zilei corespund, înlăuntrul nostru, cu momentele de forţă sau de fragilitate ale fiecăruia dintre organele noastre, dar şi psihologiei care le este asociată.

Cele 12 meridiane „organice" şi cele două meridiane complementare circulă în tot corpul nostru şi fiecare dintre ele trece prin locuri identice aflate pe ambele laturi ale acestuia, după un traiect diferit pentru fiecare meridian. În această logică, pe laterala dreaptă, energia va lua o „semnificaţie" Yin, iar pe laterala stângă, o „semnificaţie" Yang. În sfârşit, fiecare meridian este el însuşi de natură Yin sau Yang, fiind asociat cu un organ, când este Yin, şi cu unele dintre „viscere", când este Yang.

Trebuie precizate aici noţiunile de organ şi de viscere, care sunt omniprezente în codificarea energetică chinezească. Fiecare anotimp are un organ şi „viscere" care îi sunt asociate, reprezentând polarităţile Yin şi Yang ale energiei manifestate în corpul fizic. Acestea sunt Inima, Splina-Pancreasul, Plămânul, Rinichiul, Ficatul, pentru organe, şi Intestinul subţire, Stomacul, Intestinul gros, Vezica urinară şi Vezica biliară, pentru „viscere".



Ciclurile circulației energiei vitale conform orelor solare

Plămâni	Yin	de la ora 3 la ora 5 (oră solară)
Intestinul gros	Yang	de la ora 5 la ora 7 (oră solară)
Stomac	Yang	de la ora 7 la ora 9 (oră solară)
Splină-Pancreas	Yin	de la ora 9 la ora 11 (oră solară)
Inimă	Yin	de la ora 11 la ora 13 (oră solară)
Intestinul subțire	Yang	de la ora 13 la ora 15 (oră solară)
Vezica urinară	Yang	de la ora 15 la ora 17 (oră solară)
Rinichi	Yin	de la ora 17 la ora 19 (oră solară)

Stăpânul inimii	Yin	de la ora 19 la ora 21 (oră solară)
Trei focare	Yang	de la ora 21 la ora 23 (oră solară)
Vezica biliară	Yang	de la ora 23 la ora 1 (oră solară)
Ficat	Yin	de la ora 1 la ora 3 (oră solară)

Ceea ce mi s-a părut foarte interesant şi semnificativ în logica profundă a acestei filosofii a fost maniera în care chinezii au „descoperit" care sunt organele de natură Yin şi care de natură Yang. Există chiar şi o anecdotă amuzantă despre asta, dar, o, Doamne, cât de adevărată! Aşa cum am văzut înainte, în „categorisirea" Yin/Yang, ceea ce este greu, plin, corespunde cu Yin, iar ceea ce este uşor, gol, cu Yang. Taoiştii, pragmatici şi logici, au luat un vas cu apă în care au scufundat alternativ fiecare dintre organele şi viscerele unui animal sau ale unui cadavru. Care dintre acestea plutea (deci era mai uşor decît apa) nu putea să fie decât de natură Yang, şi a fost cazul tuturor viscerelor, iar ce se lăsa la fundul vasului (deci mai greu decît apa) nu putea fi decât de natură Yin, aşa cum a fost cazul tuturor organelor.

Adesea mă folosesc de acest exemplu referitor la apă şi la densitatea ei pentru a explica Yin, Yang şi Tao (sau mai degrabă Taï Chi, care este manifestarea sa). Yin este forma cea „mai manifestată" a lucrurilor, în timp ce Yang este forma cea „mai puţin manifestată", Taï Chi fiind sinergia celor două. Putem înţelege acest lucru referindu-ne la apă. Ea este viaţa, iar sursa de apă este Taï Chi şi Tao. Forma sa cea mai mult manifestată (deci Yin) este gheaţa şi forma sa cea mai puţin manifestată (deci Yang) este aburul.

Ultima precizare pe care vreau să o fac priveşte interacţiunile dintre meridiane. Ele sunt definite prin Legea celor Cinci Principii, fiecare meridian aflându-se în relaţie directă cu unul dintre aceste principii, după cum arată tabelul următor.

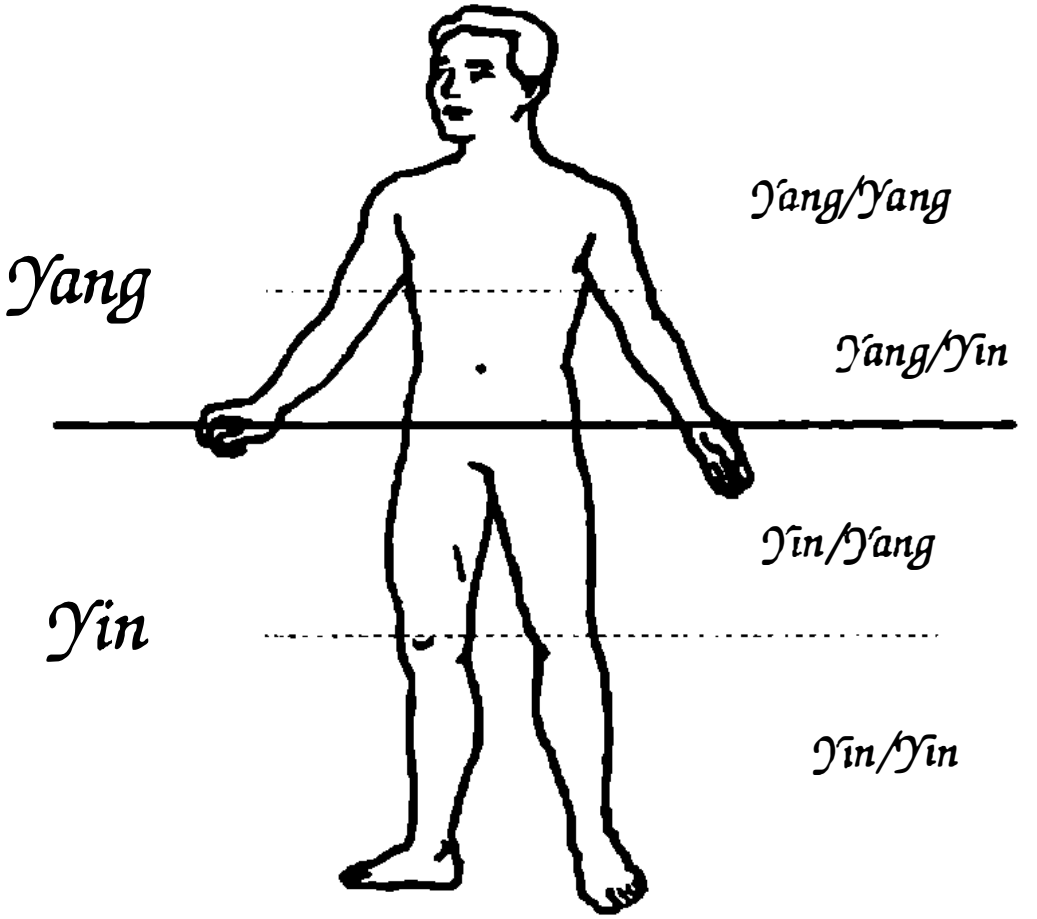
Meridian sau organ		Principiu asociat
Plămâni	Metal Yin	
Intestin gros	Metal Yang	
Stomac	Pământ Yang	
Splină-Pancreas	Pământ Yin	
Inimă	Foc Yin	
Intestin subţire	Foc Yang	
Vezică urinară	Apă Yang	
Rinichi	Apă Yin	
Stăpânul inimii	Foc Yin	
Trei focare	Foc Yang	
Vezică biliară	Lemn Yang	
Ficat	Lemn Yin	

REPARTIZAREA YIN/YANG ÎN CORP

PARTEA DE JOS ŞI PARTEA DE SUS

Să revenim la corpul uman. Aşa cum am văzut înainte, în codificarea taoistă, partea de jos este Yin şi partea de sus este Yang. La nivelul corpului uman, partea de sus a acestuia este deci Yang şi partea de jos, Yin. Să ne reamintim, în acelaşi timp, de „relativitatea" noţiunilor respective. Jumătatea inferioară a corpului este Yin, dar partea de sus a piciorului va fi Yang şi partea de jos a acestuia, Yin. Desenul următor ne permite să observăm mai bine acest lucru.

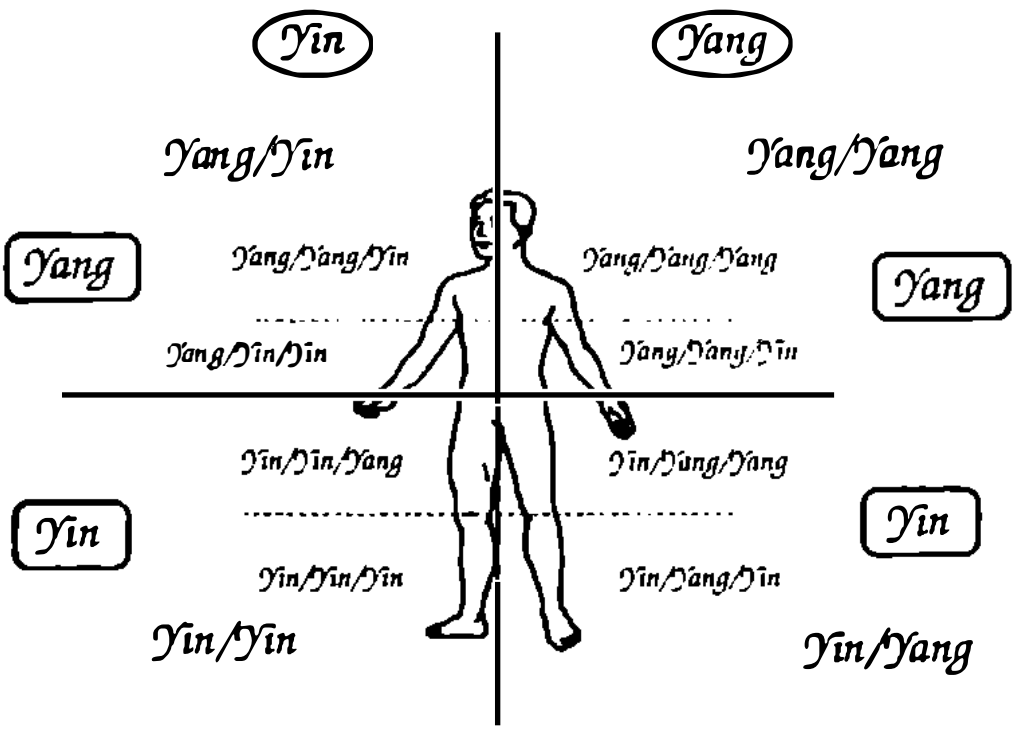
Exact la fel se întâmplă şi pentru bust, care este Yang prin raportare la corpul întreg, dar a cărui parte de sus este Yang, iar partea de jos este Yin. Procedeul se aplică astfel întregului corp. Trebuie deci să percepem mereu lucrurile plecând de la macrocosmos, adică de la ceea ce este mai mare, pentru a ajunge la microcosmos, adică la ceea ce este mai mic.



Să luăm un exemplu simplu. O persoană suferă de o problemă la genunchi. Genunchiul făcând parte din picior, primul nivel de relaţie este cu Yin-ul acestei persoane, deoarece picioarele sunt în partea de jos a corpului. Dar genunchiul se găseşte chiar la mijlocul piciorului, adică între Yin şi Yang. El face joncţiunea, articulaţia dintre cele două părţi. Al doilea nivel al relaţiei se situează deci între Yang şi Yin. În rezumat, relaţia dintre Yang-ul Yin-ului şi Yin-ul Yin-ului este cea care pune probleme şi pe acest plan căutăm mesajul şi soluţia eventuală. Reluăm acest exemplu, a cărui analiză o rafinăm treptat, mai ales asociind semnificaţiile lui Yin şi Yang, dar şi pe cele ale lateralităţii şi rolului fiecărei părţi a corpului.

DREAPTA ŞI STÂNGA

Am văzut că Yin şi Yang sunt în raport cu lateralităţile. Dreapta este de natură Yin, în timp ce stânga este de natură Yang. În absolut, partea dreaptă a corpului nostru va fi deci în relaţie cu Yin, în timp ce partea stângă a corpului nostru va fi în relaţie cu Yang. Să aplicăm din nou noţiunea de relativitate pe care am abordat-o deja. Partea de sus a corpului este Yang şi cea de jos este Yin. Stânga corpului este Yang, iar dreapta este Yin. Stânga din partea de jos este deci Yang, în această zonă Yin. Ea este Yang a Yin-ului. Dreapta părţii de jos este Yin, în această zonă Yin. Ea este deci Yin a Yin-ului. Partea de sus a corpului este Yang, dar dreapta este Yin. Ea este deci Yin în această parte Yang. Ea este Yin a Yang-ului. Stânga acestei părţi de sus, care este Yang, este deci Yang a Yang-ului.



Să revenim la exemplul nostru legat de persoana care suferă la un genunchi. Am văzut deja că este vorba de o problemă pe o parte Yin a corpului, privind „articulaţia" dintre Yin-ul şi Yang-ul din această parte. Dacă durerea se manifestă

la genunchiul stâng, această lateralitate fiind Yang, putem simplifica, spunând că problema este în relaţie cu dinamica Yang a persoanei, cu partea Yang a vieţii sale. Dacă este vorba de genunchiul drept, această parte fiind Yin, persoana are o problemă cu dinamica Yin, cu partea Yin a vieţii sale. Vedem că lucrurile încep să se clarifice puţin.

PARTEA PROFUNDĂ ŞI PARTEA SUPERFICIALĂ

Mai înainte, am văzut că Yin corespunde profunzimii, tainicului, misterului, în timp ce Yang este asociat cu ceea ce se află la suprafaţă, ce este aparent. Tot ce se găseşte în corpul nostru în profunzime, de exemplu, organele, este, din acest motiv, de natură Yin. Ce se află la suprafaţă, pielea de exemplu, este de natură Yang. Să aplicăm din nou principiul relativităţii. În ceea ce este profund şi de natură Yin, suprafaţa va fi Yang şi profunzimea Yin. Dacă avem, de exemplu, o afecţiune pulmonară, aceasta va fi Yin a părţii Yin a corpului. Dacă, în schimb, este vorba de o problemă de pleură (învelişul exterior, suprafaţa exterioară a plămânului), ne gândim la Yang-ul acestei părţi Yin aflate în cauză.

CE ANUME LEAGĂ LUCRURILE ÎN NOI (MERIDIANELE ŞI CELE CINCI PRINCIPII)?

Acum, ar fi interesant să încercăm să înţelegem ce anume leagă toate părţile corpului nostru între ele (organe şi membre) în primul rând, dar şi cu nivelul nostru psihologic şi spiritual. Pe această direcţie a cercetării, conceptualizarea taoistă este foarte utilă, căci ne arată legăturile care se stabilesc, destul de profunde şi tulburătoare pentru spiritele noastre carteziene.

Cu Teoria meridianelor şi Legea celor Cinci Principii, avem un prim nivel explicativ care ne semnalează relaţiile potenţiale dintre organele şi diferitele părţi ale corpului, dar şi cu psihologia. Acest lucru se face prin suportul de energie „chi" care circulă prin meridiane şi graţie corespondenţelor stabilite cu fiecare dintre cele cinci principii. Relaţiile dintre

toate părţile corpului nostru şi cu lumea exterioară apar acolo clar, permiţându-ne să înţelegem mai bine atitudinile sau reacţiile noastre. Teoria ansamblului fenomenelor psihice organice, despre care am vorbit în cartea precedentă, ne permite să înţelegem mai bine relaţia fină, elaborată care există cu spiritul şi cu mentalul. Ne vom îndrepta atenţia asupra filosofiei ceakrelor, despre care am vorbit, de asemenea, în aceeaşi carte (*L'Harmonie des énergies*).

Deci vom aborda mai întâi studiul celor 12 meridiane ale corpului uman, analizând principiu după principiu, ceea ce ne va permite să ne referim la tabelele sinoptice din paginile precedente.

➢ Principiul Metalului

El guvernează tot ce priveşte relaţia noastră cu lumea exterioară. Capacitatea de a ne proteja faţă de ea, de a gestiona agresiunile care vin din afară depinde de el. Este deci principiul armurii personale. Nivelul lui de protecţie este instinctiv, reflex, negândit şi ne poate duce la reactivitate, chiar la caracterul primar, iar nivelul de percepţie este cel al senzaţiilor fizice. Tot el, ca urmare firească a celor spuse, gestionează capacitatea de eliminare, de evacuare rapidă a „agresiunilor".

Metalul este legat de capacitatea de a tăia (spadă) lucrurile, de a alege. Este decizia „judiciară", luată prin căutarea justeţei şi a justiţiei. Alegerile puternice, necesare, care cer o delimitare pecisă, depind de Metal. Uneori, avem nevoie să funcţionăm nu numai la nivelul reflecţiei raţionale (Pământ), care sclerozează dacă este excesivă. Astfel, ne vom sprijini pe „Metalul" nostru pentru a alege, pentru a decide.

În sfârşit, este lumea a ceea ce numesc „voinţă voluntară", voluntarism. Este vorba despre tot ceea ce se face în forţă şi cu rigiditate, ca lama care taie cu putere pentru că este mult mai dură în comparaţie cu obiectele pe care le taie sau le străpunge.

Două meridiane sunt asociate cu Principiul Metalului, acela al Plămânului şi cel al Intestinului gros.

Meridianul Plămânului
(semnul astrologic chinezesc – Tigrul)

Plămânul este asociat cu toamna. El permite absorbirea energiei numite „Chi", de care depinde activitatea vitală. Această energie provine din exterior, mai ales sub formă de oxigen (dar nu numai), şi este transformată în corpul uman în Energie Esenţială, apoi Vitală. Rolul său este de a da forţă şi capacitate de rezistenţă la agresiunile provenite din mediul exterior.

Plămânul asigură echilibrul dintre exterior şi interior. El este cel care răspunde de protecţia în faţa lumii exterioare (pielea). Se ocupă de energia fizică şi asistă Inima, controlând energia provenită din aer. Aceasta, asociată cu sângele, alimentează organele şi viscerele. În plus, Plămânul participă activ la calitatea energiei graţie transformărilor pe care le dirijează. De fapt, pentru a putea circula şi alimenta corect tot corpul, energia Pământului (deci a alimentelor) trebuie să se combine cu energia Cerului (deci a aerului) pentru a forma Energia Esenţială. Este evident că, dacă această combinaţie nu este bine îndrumată, organismul va fi prost „hrănit".

Pe plan fiziologic, acest meridian corespunde aparatului respirator, dar şi pielii, nasului, sistemului pilos. Plămânul este cel care reglează echilibrul termic al acestor zone şi le permite să se protejeze, mai ales de agesiunile climatice. La nivel psihologic, este asociat cu capacitatea de a se apăra în faţa „lumii exterioare", ceea ce eu numesc „voinţa voluntară" (voluntarismul), la nevoie, cu acţiunea asupra lucrurilor, dar, mai ales, cu interiorizarea, înţeleasă în sensul de nemanifestare, de camuflaj (armură).

Ora lui solară de intensitate maximă se situează între orele 3 şi 5, iar traiectul lui se termină la capătul degetului mare al fiecărei mâini.

Meridianul Intestinului gros
(semnul astrologic chinezesc – Iepurele)

Fiind complementar meridianului Plămânului, pe care îl secondează, ca şi acesta, este asociat toamnei. Funcţia lui este aceea de a transporta şi a elimina deşeurile, împiedicând astfel stagnarea energiei Chi. El influenţează, în acest fel, toate excreţiile. Intestinul gros deţine această funcţie pentru materiile organice, în timp ce Vezica urinară joacă acelaşi rol pentru lichidele organice. El serveşte la evacuarea a ceea ce am mâncat, am ingerat şi nu am asimilat sau acceptat. Intestinul gros are acest rol nu numai pentru alimente, ci şi pentru tot ce are legătură cu experienţele noastre psihologice. Dacă funcţionează prost, apar tulburări de evacuare la nivelul întregului corp (plămâni, intestine, rinichi, vezică) sau în psihologia individului.

Intestinul gros este asociat aceloraşi planuri fizice şi psihice ca şi Plămânul, deoarece este meridianul complementar acestuia.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 5 şi 7. Îşi începe traiectul din vârful celor două degete arătătoare.

➢ Principiul Pământului

Poartă încărcătura gândului, a reflecţiei, a meditaţiei. Tot ceea ce are legătură cu memoria sau, mai exact, cu experienţa depinde de el. Raţiunea, realismul, bunul simţ sunt girate de Pământ, la fel ca şi grijile sau repetările aceloraşi poveşti.

Energia Pământului este asimilată cu ajutorul celor două meridiane asociate aceluiaşi principiu. Deci el este cel care se va ocupa de raportul nostru cu „materia", pe direcţia autorităţii, posesiei, dominaţiei, adaptării şi puterii asupra ei. Pământul ne va permite să digerăm şi să asimilăm tot ce priveşte lumea concretă, materială. Gelozia, invidia, dar şi abundenţa, risipa vin de la Pământ. Meridianele asociate

Principiului Pământului sunt cel al Stomacului şi cel al Splinei-Pancreasului.

Meridianul Stomacului
(semnul astrologic chinezesc – Dragonul)

Stomacul primeşte şi transformă energia Pământului prin digestie. Meridianul său influenţează stomacul şi întregul tub digestiv, fiind responsabil de digerarea lucrurilor, atât pe plan fiziologic (ceea ce am mâncat), cât şi pe plan psihologic (cum ne adaptăm, evenimente, experienţe etc.). El este responsabil de primirea alimentelor fizice (hrană) sau psihice (evenimente), de stocarea lor momentană şi de prima lor transformare. Se ocupă deci de tot ceea ce priveşte hrana „materială" a fiecăruia dintre noi, permiţându-ne stăpânirea, posedarea şi însuşirea materiei pe care am ingerat-o.

De asemenea, se află în relaţie cu mişcarea membrelor şi cu căldura produsă de corp, deoarece acestea ajută la buna funcţionare a Stomacului şi a tubului digestiv. Meridianul fiind în raport cu apetitul, dirijează şi formarea laptelui matern (hrănirea altuia), funcţionarea glandelor genitale, a ovarelor şi menstruaţia. Vedem astfel cât de important este raportul său cu hrana, pentru că o administrează atât pe cea pe care o primim (alimente, informaţii), cât şi pe cea pe care o dăm (laptele matern) sau pe care o transmitem (educaţie, formare).

La nivel fiziologic, acest meridian corespunde, ca şi complementarul său Splină-Pancreas, cărnii, ţesuturilor conjunctive, masei musculare, localizându-se fizic la gură şi la buze. Pe plan psihologic, este asociat gândului, memoriei, raţiunii şi realismului, reflecţiei şi grijilor.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orle 7 şi 9; îşi termină traiectul în vârful celui de-al doilea deget de la picior („indexul" piciorului).

Meridianul Splină-Pancreas
(semnul astrologic chinezesc – Şarpele)

Splina-Pancreasul, la fel ca şi Stomacul, corespunc „sfârşitului verii". Acest meridian răspunde atât de glandele aparatului digestiv care se găsesc în gură, stomac, vezica biliară, intestinul subţire, cât şi de glandele mamare şi de ovare. El joacă rolul de pivot şi distribuie hrana, în mod permanent, în tot corpul. De fapt, hrana nu este direct asimilabilă de organism şi transformarea ei este asigurată de Stomac şi Splină-Pancreas, putând astfel să se asocieze cu energia aerului cu ajutorul Plămânilor şi să se transforme în Energie Esenţială.

Sucurile digestive ale Stomacului sunt controlate de Splină-Pancreas, care fac prima distincţie între alimentele utile şi cele inutile. Este meridianul care dirijează în aceeaşi măsură transformarea lichidelor absorbite, reglând toată nutriţia şi energia corpului. El este responsabil de tipul şi de calitatea raportării noastre la materia pe care încercăm să ne-o însuşim prin digestie. Neliniştile privitoare la lumea materială şi la posedarea ei, la lipsa de securitate, la angoasele legate de această lume, de exemplu mediul profesional, depind de Splină-Pancreas.

Rolul lor în gestionarea zaharurilor este fundamental. Prin ele compensăm atât de necesara nevoie (eventuală) de dulce. Vom vedea ulterior cum acest lucru ne permite să înţelegem în mod diferit diabetul, de exemplu. Pe plan fiziologic şi psihologic, acest meridian corespunde aceloraşi elemente ca şi Stomacul.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 9 şi 11, iar traiectul lui începe în vârful degetului mare de la picior, pe partea internă a piciorului.

➢ Principiul Focului

El este, aşa cum arată şi numele, principiul flăcării, a ceea ce arde în noi. Această văpaie interioară ne arată nu numai aspectul pasional al individului, ci şi pe cel „luminos",

claritatea lui psihică şi intelectuală. Strălucirea, inteligenţa şi, de asemenea, spiritualitatea depind de acest principiu. Viziunea clară a lucrurilor, libertatea spiritului, puterea de înţelegere şi ascuţimea analizei aparţin focului. El dă, în consecinţă, luciditatea, dar şi subiectivitatea.

Înţelegerea pe care o avem faţă de lume depinde de calitatea focului.

De la el vin plăcerea, bucuria, satisfacţia fericită. Lumea emoţiilor depinde de principiul Focului şi pasiunea pe care o poartă poate deveni câteodată violenţă, dacă este în exces. Este principiul elanurilor, emotive, lirice sau de alt fel. Pasionalul este prezent acolo unde se află şi focul chiar din acelaşi moment. Optimismul, entuziasmul, uşurinţa elocinţei şi a expresiei depind de el, ca şi pasiunea, înflăcărarea şi serviabilitatea noastră.

Patru meridiane sunt asociate cu principiul Focului: al Inimii şi al Intestinului ~~Gros~~ subţire, al Stăpânului inimii şi al celor Trei focare.

Meridianul Inimii
(semnul astrologic chinezesc – Calul)

Inima este asociată verii. Meridianul ei ajută la adaptarea stimulilor externi la condiţia internă a corpului. Din acest motiv, este legat în mod intim de emotivitate şi reglează funcţionarea întregului corp prin acţiunea asupra creierului şi a celor cinci simţuri.

Este considerată de taoişti ca „Împăratul" organelor şi al psihicului. Inteligenţa şi conştiinţa depind de Inimă. O relaţie directă există între Inimă, Stăpânul inimii (pe care tot ei îl numesc „primul-ministru") şi creier. Orice dezechilibru al Inimii se răsfrânge asupra tuturor celorlalte meridiane. Ea controlează distribuirea sângelui şi conduce sistemul vascular. Cum acesta din urmă este în relaţie cu limba, permite distingerea savorilor.

La nivel fiziologic, meridianul Inimii corespunde deci limbii şi vaselor sanguine, se localizează fizic la frunte şi se reperează prin ten. Pe plan psihologic, este asociat conştiinţei,

inteligenţei, pasiunii, strălucirii, dar şi violenţei. Reprezintă dragostea, dar nu una oarecare, ci dragostea aceea pasională, care arde, care consumă.

Ora lui solară maximă se situează între orele 11 şi 13; îşi termină traiectul pe faţa internă a vârfului fiecărui auricular.

Meridianul Intestinului subţire (semnul astrologic chinezesc – Capra)

Intestinul subţire corespunde, ca şi Inima, al cărui complement este, verii. Este „vameşul", consilierul personal al Împăratului, pe care îl asistă. El asigură asimilarea alimentelor, controlând separarea celor care sunt „pure", pe care le dirijează spre Splină-Pancreas, de cele „impure", dirijate spre viscerele de eliminare, adică Intestinul gros şi Vezica urinară. Joacă acelaşi rol pe plan psihologic. De asemenea, ajută la trecerea în organism a hranei elaborate şi asigură asimilarea pe toate planurile (personalizarea informaţiilor primite este debutul „subiectiv"). Aceste transformări necesită multă căldură şi, de aceea, Intestinul subţire aparţine Principiului Focului şi reprezintă punctul cel mai cald al corpului. Pentru rest, are caracteristici psihice şi fiziologice identice cu cele ale Inimii.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 13 şi 15; îşi începe traiectul în vârful auricularului fiecărei mâini.

Meridianul Stăpânului inimii (semnul astrologic chinezesc – Câinele)

Stăpânul inimii este un organ virtual, asociat Inimii, căreia îi preia corespondenţele cu Principiul Focului. El asistă meridianul Inimii, controlând sistemul circulator central şi reglează, astfel, hrănirea corpului. Toate relaţiile corpului cu celelalte organe trec mai întâi prin Stăpânul inimii (ajutat de Trei focare), care are tendinţa de a le echilibra. Are rol de a transmite întregului corp ordinele Inimii, al cărui „purtător de cuvânt" este. Taoiştii îl numesc, de altfel, „primul-ministru", în timp ce Inima este considerată „Împăratul". Îndeplineşte

deci rolul celui care leagă şi armonizează ceea ce se petrece în interiorul organismului. În plus, structurează, construieşte, aprobă şi legiferează tot ceea ce priveşte conceptualizarea interioară a lucrurilor şi este cel care veghează la respectarea valorilor interioare, a credinţelor stabilite. În sfârşit, răspunde de sexualitate şi de echilibrul acesteia.

Stăpânul inimii este legat de vasele sanguine pentru structura lor, de miocard şi pericard şi, de asemenea, de creier prin acţiunea importantă pe care o are asupra psihicului şi a calităţii mentalului. El este cel care face să circule, care răspunde de difuzarea lucrurilor atât pe plan fizic (circulaţia sanguină), cât şi pe plan psihologic (circulaţia ideilor, fluiditatea raţionamentului, capacitatea de reciclare a ideilor). Ca emoţii, îi sunt asociate bucuria, plăcerea şi fericirea.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 19 şi 21; îşi termină traiectul în vârful degetului mijlociu al fiecărei mâini.

Meridianul Trei focare
(semnul astrologic chinezesc – Porcul)

Complement al Stăpânului inimii, Trei focare sunt considerate viscere. Aşa cum Stăpânul inimii reia elementele taoiste ale Inimii, acesta le reia pe cele ale Intestinului subţire. El corespunde Principiului Focului, verii. Secondând meridianul Intestinului subţire, echilibrează energia dată de Stăpânul inimii. De asemenea, acţionează asupra circulaţiei capilare şi protejează corpul prin sistemul limfatic, având o acţiune specială asupra membranelor seroase. Este meridianul care asistă Stăpânul inimii în circulaţie, dar la un nivel mai „fin", dacă îndrăznesc să spun, la nivelul capilarelor şi, mai ales, al limfei.

Aşa cum o arată numele, are o relaţie importantă cu căldura şi se prezintă sub trei planuri complementare: Trei focare superioare, Trei focare medii şi Trei focare inferioare. Nu voi detalia aici rolul particular al fiecăruia dintre acestea, căci acest lucru nu ne-ar fi de folos, iar ceea ce ne

interesează se poate regăsi în cartea mea precedentă *L'Harmonie des énergies.*

Acest meridian controlează de fapt „atmosfera" în care lucrează toate viscerele şi reglează căldura internă. El este cel care leagă şi armonizează interiorul cu tot ceea ce vine din exterior. Structurează, construieşte şi legiferează tot ceea ce priveşte conceptualizarea noastră, dar prin raportare la faptele şi întâmplările venite din afară. El este cel care permite ca noi repere de credinţă să se fixeze înlăuntrul nostru.

Pe plan fiziologic, cele trei planuri ale meridianului Trei focare sunt poziţionate fiecare la un nivel diferit al corpului. Trei focare superioare corespund părţii bustului, deasupra diafragmei (pieptului). Triplul focar mediu este asociat cu partea abdomenului situată între diafragmă şi buric, iar Trei focare inferioare corespund părţii abdomenului plasate deasupra buricului.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 21 şi 23; începe de la vârful fiecărui inelar.

➢ Principiul Apei

El conduce înlăuntrul nostru tot ceea ce vizează energiile profunde. Ca apa subterană, este o energie de fond, puternică, stocată în rezerve, dar imuabilă. Energia Ancestrală îi este asociată, căci straturile noastre personale interioare sunt imprimate cât mai profund în noi. Sunt energiile noastre „nonconştiente", schemele structurale personale pe care este construită realitatea noastră.

Principiul Apei corespunde, din acest motiv, tuturor arhetipurilor noastre sociale, culturale, familiale şi tuturor memoriilor inconştiente înscrise în noi (spre deosebire de Pământ, care reprezintă memoriile noastre conştiente, şi de experienţa dobândită). Codurile noastre secrete şi profunde, înscrise în ADN, despre care vorbim atât de mult astăzi, aparţin Principiului Apei.

Bineînţeles, aceasta îi conferă principiului o putere fenomenală. Iată de ce apa are responsabilitatea puterii noastre interioare, a rezistenţei noastre la efort, a capacităţii de recuperare şi a voinţei noastre profunde (nu voluntariste). Propriile noastre rezerve de energie depind de Apă, ca şi potenţialul de longevitate care este legat de Energia noastră Ancestrală. Capacitatea noastră de a decide, după ce am ales (Metal), de a implica lucrurile, de a trece la fapte depinde de acest principiu. În sfârşit, aptitudinea de a asculta, capacitatea noastră de a „dizolva" experienţele pentru ca acestea să se poată integra în noi. Este vorba deci, prin extensie, despre potenţialul de acceptare pe care îl avem.

La nivelul psihologic şi mental, severitatea, rigoarea, trecerea la acţiune, simţul ascultării depind de Principiul Apei. Temerile noastre profunde şi viscerale sunt, de asemenea, comandate de el.

Două meridiane sunt asociate acestui principiu, meridianul Vezicii urinare şi cel al Rinichiului.

Meridianul Vezicii urinare (semnul astrologic chinezesc – Maimuţa)

Vezica este asociată iernii, ca şi Rinichiul, căruia îi este complementară. Este legată de întregul aparat urinar, ca şi de hipofiză şi de sistemul nervos autonom care „colaborează" la secreţia rinichilor. Ea aruncă urina, care este produsul final al purificării lichidelor corpului.

Aceasta este etapa finală a transformării energiilor, urina fiind lichidul impur încărcat de toxine şi aflat în exces în corp. Vezica este cuplată la rinichi, fiind organele care dirijează secreţia urinară. Vezica permite, de asemenea, împreună cu rinichiul comandarea şi evacuarea „vechilor memorii", adică a vechilor scheme profunde pe care le purtăm înlăuntrul nostru şi pe care suntem gata să le schimbăm sau să le abandonăm. Este un rol care se înţelege cu uşurinţă deoarece aceste două meridiane se află în strânsă relaţie cu sistemul nervos autonom, el însuşi „uşa" psihologică a

inconştientului nostru, adică ceea ce poartă chiar memoriile noastre cele mai profunde.

Pe plan fiziologic, acest meridian corespunde oaselor, măduvei osoase, urechilor, iar la nivelul psihic, este asociat severităţii, fecundităţii, rigorii, deciziei şi sensului ascultării.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 15 şi 17; îşi termină traseul la vârful fiecărui deget mic de la picior.

Meridianul Rinichiului
(semnul astrologic chinezesc – Cocoşul)

Rinichii corespund iernii. Ei controlează compoziţia şi secreţia lichidelor organice de care depinde Energia Vitală şi comandă sistemul de apărare împotriva stresului. De asemenea, reglează cotele de aciditate şi cantitatea de toxine printr-un mecanism de purificare. Dirijează glandele suprarenale dreaptă şi stângă. Acest rol le conferă posibilitatea de a gestiona temerile pe care le avem şi atitudinile de reacţie în faţa lumii. Agresivitatea, reacţiile, fuga (adrenalina) sau calmul nostru, capacitatea de a „stinge" ceea ce ne inflamează (corticoizii), toate sunt comandate de Rinichi, de fapt de controlul lor asupra glandelor suprarenale.

Rinichii au sarcina de a stoca apa şi Energia Esenţială nestocată în fiecare dintre celelalte organe pentru nevoile lor proprii. Ei sunt, în plus, baza echilibrului Yin/Yang al energiei, căci viaţa depinde de combinaţia Apei cu Focul Rinichilor. Rinichiul stâng are dominantă Yang/Foc, în timp ce Rinichiul drept are dominantă Yin/Apă. Această lateralizare este foarte importantă, căci o vom găsi în corp.

Rinichii se află la baza „forţei vitale" şi participă mai ales la energia de reproducere (fecunditatea spermei şi a ovulelor) prin caracterul Yang/Foc. Aici putem distinge relaţia lor cu Stăpânul inimii, care le serveşte drept intermediar cu Inima în ceea ce priveşte viaţa şi reproducerea ei. Prin caracterul Yin/Apă, ei echilibrează Focul prin aport de Energie Esenţială, care va fi vectorul „material" asociat vectorului „vital".

Pe plan fiziologic şi psihologic, acest meridian este asociat aceloraşi elemente ca Vezica urinară.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 17 şi 19; îşi începe traiectul sub încheietura degetului mare de la fiecare picior.

➢ Principiul Lemnului

Principiul Lemnului corespunde primăverii, fiind asociat primăverii fiecărui lucru, adică începutului. Capacitatea noastră de a demara un proiect sau o acţiune, imaginaţia şi creativitatea depind de el. În viaţa omului, acest principiu reprezintă atât naşterea, cât şi prima parte a copilăriei. Supleţea noastră, maleabilitatea interioară şi tonicitatea musculară sunt guvernate de Lemn.

La fel ca mlădiţa care iese din pământ după iarnă (Apă), visul depinde de Lemn pentru că el este expresia inconştientului (Apa). El ne permite să călătorim în interior şi exterior. Tot ceea ce priveşte felul în care ne exteriorizăm – ţipătul, cântecul, dar şi teatrul, expresia artistică – este guvernat de energia Lemnului.

Relaţia noastră cu estetica, în principal cu sentimentele, cu afectele, vine de la acest principiu. Dragostea complice, respectul faţă de celălalt, prietenia, fidelitatea depind de el, în timp ce dragostea pasională depinde de Foc. Simţul eticii şi al respectului legilor interioare aparţine Lemnului (în timp ce pentru legile exterioare este Metalul). Prin extensie şi inversare, frica trădării şi mânia sunt manifestări ale acestui principiu atunci când este ameninţat sau dezechilibrat. El joacă deci un rol important în imunitatea elaborată a individului, atât pe plan psihologic, cât şi pe cel fiziologic.

Două meridiane sunt asociate Principiului Lemnului, cel al Vezicii biliare şi cel al Ficatului.

Meridianul Vezicii biliare
(semnul astrologic chinezesc – Şobolanul)

Vezica biliară, ca şi Ficatul, căruia îi este complementară, este asociată cu primăvara. Ea repartizează elementele nutritive şi reglează echilibrul energetic în tot corpul. De asemenea, dirijează secreţiile glandelor tubului digestiv, ca saliva, bila, sucul gastric, pancreatic şi duodenal.

Ea controlează repartizarea armonioasă şi „justă" a elementelor nutritive şi lucrează în strânsă colaborare cu ficatul, care îi furnizează elementele de bază în acest scop. De aceea, este esenţial ca energia cuplului Ficat-Vezică biliară să fie echilibrat. Prin natura sa, Vezica participă la atitudinea generală a mentalului şi a organelor, pe planul „moralului". Dacă este echilibrată, acestea vor şti mereu să facă faţă şi vor avea energie şi curaj pentru a rezista. Dacă Vezica nu este destul de echilibrată, moralul va fi atins şi ideea eşecului se va instala, creându-se terenul favorabil ca acest lucru să se producă cu adevărat. De asemenea, ea poartă răspunderea, împreună cu complementul său, Ficatul, pentru tot ceea ce vizează sentimentele şi afectele. Fiind de natură Yang, aceasta se află în raport cu exteriorul şi cu capacitatea de a trăi, de a exprima şi de a accepta acest sentiment şi emoţiile. Dar va fi, de asemenea, în legătură cu intuiţia şi cu sinceritatea profundă a individului, care vor avea repercusiuni asupra energiei Vezicii biliare.

Pe plan fiziologic, acest meridian corespunde, ca şi Ficatul, ochilor, muşchilor, unghiilor. Pe plan psihologic, el este asociat sensului justiţiei, curajului, armoniei, purităţii.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 23 şi 1, iar traiectul său se termină în al patrulea deget al fiecărui picior (care corespunde inelarului de la mână).

Meridianul Ficatului (semnul astrologic chinezesc – Bivolul)

Ficatul corespunde de asemenea primăverii, permite stocarea elementelor nutritive şi reglează energia necesară activităţii generale. Determinând capacitatea de rezistenţă în faţa bolii, el deblochează energia necesară mecanismelor de apărare în caz de agresiune a acesteia. În sfârşit, joacă un

rol important în alimentaţie şi în detoxificarea sângelui. Aici este evident rolul său legat de sentimente şi emoţii. Sângele, care depinde de inimă, transportă emoţiile. Dacă sângele este „viciat", calitatea emoţiilor este proastă şi sentimentele pe care le hrăneşte vor fi, la rândul lor, de proastă calitate.

Prin relaţia foarte strânsă cu sângele (producere şi compoziţie), el joacă, de asemenea, un rol important în procesul sistemului imunitar, drenează toxinele, reglează coagularea şi metabolismul. În sfârşit, determină cantitatea generală de energie. El guvernează legătura noastră cu sentimentele şi emoţiile ca şi Vezica biliară, dar, de data aceasta, la nivelul Yin, adică „interior", transformând, prin epurare şi filtrare, emoţiile în sentimente.

Pe plan fiziologic, ficatul este asociat aceloraşi elemente ca şi Vezica biliară.

Ora lui solară de maximă intensitate se situează între orele 1 şi 3; îşi începe traiectul la capătul degetului mare al fiecărui picior, pe latura externă, pe partea opusă meridianului Splină-Pancreas.

Adevărurile pe care ne place cel mai puţin să le auzim sunt cele pe care avem cel mai mult nevoie să le cunoaştem.

Proverb chinezesc

Partea a treia

Starea locurilor. Mesajele simbolice ale corpului

DESPRE FOLOSINŢA FIECĂRUI ORGAN SAU A FIECĂREI PĂRŢI A CORPULUI

După partea teoretică, poate puţin mai greu de priceput, dar necesară înţelegerii, ne vom continua analiza cu corpul fizic: cum este „fabricat", care este rolul fiecăreia dintre părţile sau organele ce îl compun şi îi permit să existe şi să acţioneze cu o eficacitate remarcabilă când se află în stare de funcţionare.

Am ajuns acum la partea „evenimenţială" a acestei lucrări, în care vom putea găsi răspunsuri directe la durerile şi suferinţele noastre. Totuşi, cred că prima parte a cărţii ne va feri de o lectură „prostească". Faptul că am înţeles sau cel puţin am abordat mecanismele fine şi profunde din spatele suferinţelor noastre ne va ajuta să le replasăm în cadrul semnificaţiei lor globale pentru individ, în propria Cale a

Vieţii, nu în semnificaţia lor evenimenţială de moment. Vom putea astfel să încercăm să dăm un sens suferinţei noastre, în loc să căutăm cu disperare mijlocul de a reduce la tăcere acest semnal, care vrea să ne avertizeze de ceva.

Oricum, chiar prezentarea acestei ultime părţi ne va obliga să ne menţinem la nivelul necesar. Nu voi stabili un fel de lexic sistematic unde va fi de ajuns să cauţi, de exemplu, „genunchi", ca să găseşti o listă precisă şi exhaustivă de semnificaţii. Există un anumit număr de astfel de lucrări, dar, după părerea mea, această abordare nu este corectă.

Suferinţele fizice sau rănile pe care le avem sunt mesaje ale Nonconştientului, ale Stăpânului nostru Interior. Ca şi în cazul viselor, semnele pe care ni le trimit sunt întotdeauna simbolice, mai mult sau mai puţin intense, în funcţie de importanţa problemei. Aşa cum nimeni nu poate să spună ce înseamnă visele tale, tot aşa nimeni nu poate să spună ce înseamnă suferinţele tale. Cred că putem da doar axe de reflecţie, cadre de semnificaţie, nu sensuri precise şi valabile pentru toţi. Nu cred că îi putem spune, de exemplu (cum am citit în unele lucrări), unei femei pe care o doare sânul stâng: „Asta înseamnă că nu te ocupi îndeajuns de tine" sau „Asta înseamnă că te ocupi prea mult de copii". Afirmaţiile de mai sus sunt în parte adevărate, dar şi false. Ele le permit celor care le fac să păstreze puterea, rămânând cei care „ştiu", dar fără să-i ofere cu adevărat individului posibilitatea de a evolua, găsind el însuşi semnificaţia.

Fiecare dintre noi are propria poveste, numai a lui, care nu seamănă cu alta. Atunci, cum să generalizezi în acest fel? În cazul exemplului de dinainte, consider că altceva trebuie spus femeii. Ce reprezintă sânii? Mai întâi, sunt elementele feminităţii; apoi, ei permit hrănirea copilului, îi asigură alimentaţia de care are nevoie ca să trăiască. *Aşadar, ei reprezintă două lucruri, feminitatea şi capacitatea de a se preocupa de ceilalţi, de a avea grijă de ei, îndeosebi de cei pe care îi plasăm sau chiar îi menţinem la nivelul unui copil.* Prin urmare, poate fi vorba de orice persoană de care ne

îngrijim ca de un copil. Pe de altă parte, este clar că, în timpul perioadei de alăptare şi imediat după aceea, femeia uită complet de sine ca să fie mamă în beneficiul progeniturii sale. Ea îngrijeşte şi protejează acest copil, care depinde complet de ea, aşa cum toţi cei a căror îngrijire şi protecţie ne-o asumăm devin dependenţi de noi. Lucrul acesta ne permite să stabilim o relaţie deosebită de putere „ascunsă" faţă de celălalt, sub pretextul că are nevoie de noi, că „nu ştie" sau „nu poate". Aşadar, suntem „obligaţi" să ştim sau să facem pentru el, în locul lui sau spunându-i cum trebuie să facă.

În sfârşit, să revenim la sânul stâng. Să ne amintim că partea laterală stângă îi corespunde lui Yang, adică simbolismului masculin. În consecinţă, i-aş cere acestei femei să reflecteze la ce nivel al vieţii sale se preocupă în mod excesiv de un bărbat pe care îl consideră copil (fiul, soţul, fratele, şeful etc.) şi pentru care are, poate, tendinţa să se uite pe sine. Oare fuge de rolul de femeie, preferându-l pe cel de mamă? În sfârşit, i-aş cere să reflecteze în mod sincer la relaţia de „putere" mai mult sau mai puţin declarată pe care o poate avea cu acest bărbat. Numai ea va putea găsi, dacă vrea cu adevărat, răspunsul corect în interiorul ei. Numai ea va putea „lega" această tramă comportamentală, pe care i-am oferit-o, de propria viaţă, ca să înţeleagă şi eventual să hotărască să-şi schimbe atitudinea. Prezenţa suferinţei fizice, indicând că situaţia nu îi convine, o va ajuta să treacă prin maladie ca să evacueze tensiunea internă.

Vedem astfel în ce măsură semnificaţia profundă a suferinţei este legată de funcţia părţii afectate şi de proiecţia ei, de reprezentarea ei psihologică. Voi face şi eu ca indienii Blackfeet, despre care am vorbit, abordând anterior sau mai curând înţelegând diferitele părţi ale corpului nostru, diferitele organe sau sisteme organice care îl compun prin „funcţia", nu prin structura lor. Aceasta ne va oferi o altă viziune, mai deschisă şi „inteligentă", despre „realitatea" noastră umană.

Dar înainte de a trece la această ultimă fază, aş vrea să revin pentru ultima dată asupra problemei lateralităţilor din corp. Semnificaţia pe care o propun este cea dată de filosofia taoistă şi de codificarea sa foarte precisă a energiilor. Dreapta corespunde lui Yin şi stânga lui Yang. Fiecăreia dintre aceste dinamici energetice îi este asociată o întreagă simbolistică care permite extinderea lor, „legarea" lor de viaţa noastră cotidiană. Să vedem care sunt simbolismele asociate cu Yin şi Yang şi, în consecinţă, cu dreapta şi cu stânga corpului uman.

De fiecare dată când vom avea de-a face cu o manifestare lateralizată în corpul nostru, va trebui să vedem ce se întâmplă în acel moment în viaţa noastră (sau într-un trecut mai mult sau mai puţin apropiat, în funcţie de profunzimea manifestării), în unul dintre domeniile implicate, procedând în ordinea descrescătoare a gradelor.

Simbolistica Yin	Simbolistica Yang
Partea dreaptă a corpului	Partea stângă a corpului
Gradul 1: mama, soţia, fiica, sora. Gradul 2: femeia în general, feminitatea, structura lucrurilor sau a sinelui, partea dreaptă a creierului, sentimentul. Gradul social: familia, întreprinderea (care reprezintă mama socială, cea care „hrăneşte şi protejează în sânul ei"), societatea, Biserica.	Gradul 1: tatăl, soţul, fiul, fratele. Gradul 2: bărbatul în general, masculinitatea, personalitatea lucrurilor sau a sinelui, partea stângă a creierului, forţa. Gradul social: individualismul, ierarhia (care reprezintă tatăl social, cel care „educă, formează şi dă exemplu"), autoritatea, poliţia.

Dar această corespondenţă a lateralităţilor este valabilă şi pentru un fel de autodiagnostic de bază. Toţi avem o parte a corpului care domină, atât în aspectul general (supleţe, mărimea şoldului sau a piciorului etc.), cât şi în aspectul specific (ochi director, sensibilitate a urechii, partea unde te loveşti, te răneşti cel mai des etc.). Această lateralizare ne dă o textură generală a dinamicii noastre personale de fond şi ne informează foarte clar dacă Yin (reprezentarea maternă) sau Yang (reprezentarea paternă) domină în noi sau cu care dintre ele avem în principal ceva de „reglat".

În sfârşit, ţin să precizez o nuanţă foarte importantă care se referă la sensul în care trebuie să fie „citite" şi înţelese mesajele. **Acestea nu au sens decât când există, când se exprimă. Nu funcţionează în mod sistematic în sens invers şi nu înseamnă că un anume tip de problemă, de durere, de suferinţă va exista în mod obligatoriu pentru că suportăm greu o anumită situaţie.** Să explicăm! Dacă cineva ţipă, asta nu înseamnă că îl doare ceva. Invers, faptul că cineva are o durere nu înseamnă în mod obligatoriu că va ţipa. Fiecare are pragul propriu de exprimare a ceea ce simte, dar şi mijlocul lui privilegiat de exprimare. Astfel, printre pacienţii mei, am două-trei persoane care încep să râdă în mod incontrolabil când le doare ceva şi, credeţi-mă, nu pentru că le-ar plăcea durerea!

De fiecare dată când ne doare un picior, asta ar însemna că avem tensiuni relaţionale. În schimb, nu se poate spune că de fiecare dată când vom avea tensiuni relaţionale ne va durea un picior. Putem întotdeauna să alegem, în funcţie de motivele acestor tensiuni, un alt mijloc şi un alt loc de exprimare, cu excepţia cazului în care ştim şi vrem pur şi simplu să le reducem la tăcere.

În fine, prin mesajele corpului şi strigătele sufletului, atingem problema „adevărului" şi faptul că este interioară nouă, nu exterioară şi definită prin criterii absolute. Din acest motiv, semnificaţia mesajelor nu funcţionează decât într-un sens şi nu e cu putinţă să spui *a priori* că un anumit

comportament va duce la o anumită maladie sau suferinţă a corpului. Singurul „adevăr" care ne este transcendent, exterior şi impus este cel al legilor vieţii, cel al echilibrelor energetice care servesc drept suport manifestării vieţii. Am ales o parte în Cerul Anterior şi trama sa principală se poate rezuma prin „Orice lucru sau atitudine e rea în exces". *Din acest motiv, toate exemplele pe care le voi cita în continuare nu demonstrează şi nu dovedesc nimic. Ele doar ilustrează, limpezesc, prin cazuri concrete şi reale, fiecare caz şi relaţie între ceea ce trăieşte un individ şi suferinţa din corpul lui.*

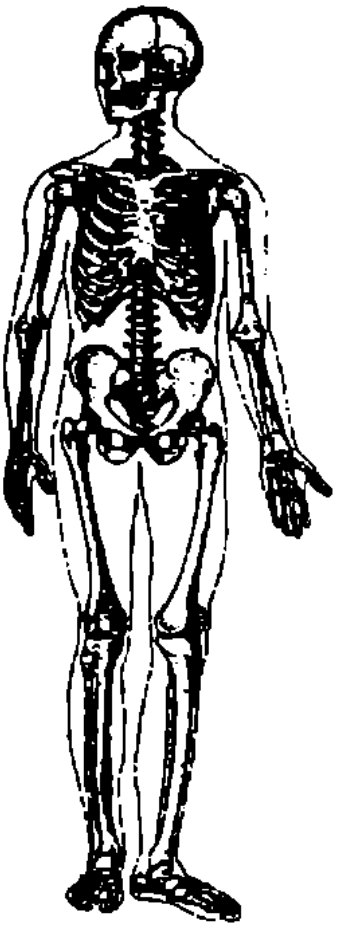
Toate acestea pornesc de la un principiu drag mie, pe care îl enunţ la început de paragraf şi foarte frecvent în seminarele sau consultaţiile mele: ***„Nu vă cer să mă credeţi, vă cer doar să încercaţi sau să observaţi; veţi putea atunci să vă fixaţi propria convingere."*** Şi asta deoarece eu cred că, în viaţă, reuşita nu este o problemă de convingeri, ci mai curând o problemă (dacă îndrăznesc să mă exprim astfel!) de încredere, în timp ce eşecul este întotdeauna o problemă de convingeri.

CE FUNCŢII ÎNDEPLINESC DIFERITELE PĂRŢI ALE CORPULUI NOSTRU?

În ce fel este constituit în mod natural corpul fiecărei fiinţe umane? Dacă pur şi simplu îl observăm, putem constata mai multe lucruri. În primul rând, este construit în jurul unei osaturi, al unei structuri solide şi dure, care este scheletul. Acest schelet, constituit din oase, conîigurat în jurul axei de bază, care este coloana vertebrală, este rigid, dar articulat, permiţând toate mişcările corpului. Practic, este vorba despre „trunchiul magic", din care pleacă toate „ramurile" corpului nostru.

În interiorul acestei structuri purtătoare, avem diferitele organe care îşi găsesc locul într-o arhitectură perfectă pentru ca funcţia lor să se deruleze în cele mai bune condiţii posibile. Ansamblul, pus în mişcare printr-un sistem foarte

elaborat de motoare (muşchi) şi de cabluri (tendoane, ligamente), este protejat de o învelitoare care îl acoperă în întregime (pielea). Să observăm până la ce punct această construcţie, în ceea ce priveşte structura osoasă, este interesantă. Analizând desenul scheletului, ne dăm seama că părţile corpului nostru, cu cât sunt mai importante, vitale şi elaborate, cu atât mai mult au nevoie de protecţie.



Scheletul

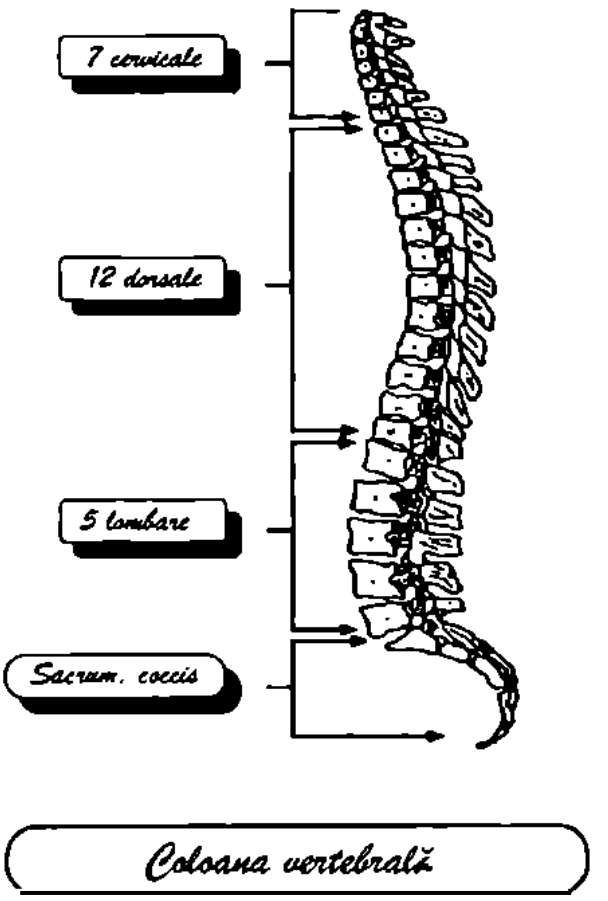
Abdomenul nostru, care conţine viscerele aparatului digestiv şi de eliminare, este susţinut de coloană şi este aşezat pe bazin, dar neprotejat de o structură osoasă. El este suplu, extensibil şi se poate mişca liber. Organele „vitale", plămânii şi inima, sunt şi ele susţinute de coloană, dar mult mai îmbrăcate şi protejate de această cuşcă osoasă care este formată de coaste. Acestea din urmă le înconjoară, lăsându-le totuşi libertatea şi posibilitatea de a se „mişca". În privinţa creierului, el este în întregime închis, protejat de acest veritabil cufăr osos, care este cutia craniană, a cărei mobilitate potenţială, care există, aşa cum ştiu toţi osteopaţii, este redusă. Constatarea, departe de a fi lipsită de importanţă, ne permite să vedem, din nou, până la ce punct hazardul este absent din construcţia umană.

Să luăm acum fiecare parte a „maşinii noastre corporale" şi să detaliem, putând astfel să găsim, pentru fiecare dintre ele, codurile secrete care vor permite descifrarea mesajelor.

SCHELETUL ŞI COLOANA VERTEBRALĂ

Coloana este compusă din vertebre, fiecare cu un rol precis. Există cinci vertebre sacrale (3 + 2), cinci lombare, 12 dorsale şi şapte cervicale. Deja începem să constatăm logica construcţiei corpului uman. Cifra 5 este cea care poartă simbolul omului, al orizontalităţii, al materiei, al bazei lucrurilor (cinci principii, cinci simţuri, cinci degete etc.). Cifra 7 deţine simbolul spiritualităţii, al divinului, a ceea ce este elaborat (şapte ceakre, şapte planete, şapte culori ale curcubeului, şapte note, şapte ramuri ale „sfeşnicului" evreiesc etc.). Or, vertebrele sacrale şi lombare, care constituie cele două baze ale coloanei noastre (una fixă, „sursa", şi alta mobilă, „baza"), sunt câte cinci. Cervicalele noastre formează gâtul. Ele poartă partea cea mai elaborată din noi, capul cu creierul, şi sunt şapte. În sfârşit, dorsalele, care susţin bustul, sunt 12 (ca cele 12 semne ale zodiacului, cele 12 luni ale anului, cele 12 ore ale zilei, cele 12 săruri homeopatice, cei 12 apostoli etc.). Mi se pare dificil să credem că acest lucru are de a face cu hazardul.

Fiecare vertebră are un rol special şi îndeplineşte funcţia de „palier de distribuţie" a datelor vibratorii care provin de la creier. Cele două planuri, conştient şi nonconştient, ale fiecărui individ comunică cu corpul prin suportul mecanic şi chimic al acestui ordinator central, care este creierul. El transmite „ordinele" celei mai mici dintre celulele noastre, mai ales prin intermediul întregului sistem nervos cerebralo-spinal şi al sistemului nervos autonom sau neurovegetativ (sistemul simpatic+parasimpatic). În funcţie de tipul tensiunii şi de intensitate, se va produce la nivelul vertebrei „palier" un proces de evacuare a excesului de energie.



„Alunecarea vertebrală", contractura musculară în jurul vertebrelor etc. vor antrena, în prima fază, o senzaţie dureroasă mai mult sau mai puţin puternică. Dacă dezechilibrul persistă sau dacă îl facem să „tacă", fenomenul se agravează şi deseori se transformă în artroză, în hernie de disc sau în disfuncţiuni organice. Este interesant de constatat că fenomenul se produce sau, mai degrabă, se descoperă, de cele mai multe ori, dimineaţa, în momentul trezirii, adică imediat după noapte. Or, noaptea este perioada privilegiată de activitate şi de expresie a inconştientului nostru. Stăpânul Interior are nevoie de „liniştea" nopţii pentru a se exprima, căci zarva şi agitaţia zilei nu i-o permit. Zgomotul Caleştii pe drum şi faptul că Pasagerul se află aşezat înăuntru îl determină pe Vizitiu să nu vorbească decât în momentul haltelor, al pauzelor alese sau provocate printr-un „incident" de parcurs. Numai în cazuri foarte „urgente" sau prea „puternice" avem nevoie să facem apel la un act „ratat", prin care vom face exact gestul care convine pentru a ne „bloca" spatele. Explicaţia detaliată a principalelor „alunecări vertebrale" este relativ uşor de dedus cu ajutorul tabelului următor, care ne permite deja să vedem legăturile care există între vertebre şi organe.

Vertebrele cervicale	Palier de distribuţie pentru	Simptome obişnuite
I cervicală	Cap, faţă, sistem simpatic	Dureri de cap, insomnii, stări depresive, ameţeli
a II-a cervicală	Ochi, auz, sinus, limbă	Ameţeli, probleme oculare sau auditive, alergii
a III-a cervicală	Faţă, urechi, dinţi	Acnee, înroşire, eczemă, dureri dentare
a IV-a cervicală	Nas, buze, gură	Alergii (de fân, herpes bucal etc.)
a V-a cervicală	Gât	Afecţiuni şi dureri ale gâtului
a VI-a cervicală	Muşchii gâtului, umeri, partea de sus a braţelor	Torticolis, dureri de umeri
a VII-a cervicală	Umeri, coate, degete mici şi inelare	Dureri, furnicături şi amorţeli ale acestor zone

Vertebrele dorsale	Palier de distribuţie pentru	Simptome obişnuite
I dorsală	Antebraţe, mâini, încheieturile mâinilor, degetele mari, degetele mijlocii, arătătoare, portul capului	Dureri, furnicături şi înţepături ale acestor zone
a II-a dorsală	Sistemul cardiac, plexul cardiac	Simptome sau dureri cardiace
a III-a dorsală	Sistemul pulmonar, sâni	Afecţiuni pulmonare, dureri de sâni

a IV-a dorsală	Vezica biliară	Tulburări ale vezicii biliare, ale moralului, anumite migrene „veziculare" şi afecţiuni cutanate
a V-a dorsală	Sistemul hepatic, plexul solar	Tulburări ale ficatului şi ale sistemului imunitar, fragilitate afectivă
a VI-a dorsală	Sistemul digestiv, stomac, plexul solar	Tulburări de digestie, aciditate gastrică, aerofagie
a VII-a dorsală	Splină-Pancreas	Diabet
a VIII-a dorsală	Diafragmă	Sughiţ, dureri în plexul solar
a IX-a dorsală	Glandele suprarenale	Agresivitate, reactivitate, reacţii alergice
a X-a dorsală	Rinichi	Eliminare proastă, intoxicaţie, oboseală
a XI-a dorsală	Rinichi	Eliminare proastă, intoxicare, oboseală
a XII-a dorsală	Intestinul subţire, sistemul limfatic	Proastă asimilare, dureri articulare, gaze

Vertebrele lombare	**Palier de distribuţie pentru**	**Simptome obişnuite**
I lombară	Intestinul gros	Constipaţii, colită, diaree
a II-a lombară	Abdomen, coapse	Crampe, dureri abdominale
a III-a lombară	Organe sexuale, genunchi	Menstruaţii dureroase, impotenţă, cistită, dureri la genunchi
a IV-a lombară	Nervul sciatic, muşchii lombari	Sciatică, dureri lombare, probleme

		de micţiune
a V-a lombară	Nervul sciatic, partea de jos a picioarelor	Crampe, greutate în partea de jos a picioarelor, dureri, sciatică
Sacrum şi coccis	Bazin, muşchi fesieri, coloană vertebrală	Probleme ale axului vertebral, sacro-iliace, hemoroizi

Suferinţele scheletului şi ale coloanei vertebrale

Scheletul şi oasele reprezintă structura noastră, arhitectura noastră interioară. De fiecare dată când suferim din cauza oaselor, înseamnă că suferim în structura noastră interioară, în credinţele noastre de viaţă. Cele mai multe dintre aceste structuri sunt nonconştiente, sunt arhetipurile noastre cele mai profunde, sunt partea pe care ne sprijinim în mod conştient, în permanenţă în cotidian, în relaţia noastră cu viaţa. Marile credinţe ale popoarelor (istorie, cultură, obiceiuri, religii) fac parte din aceste arhetipuri, dar şi cele care sunt mai personale, ca rasismul, etica, simţul onoarei, al justiţiei, perversiunile sau frica viscerală. Oasele sunt ceea ce există mai profund în corpul nostru, „schela" în jurul căreia este construit totul, pe care se sprijină şi se bazează totul. Sunt, de asemenea, partea cea mai dură, cea mai rigidă, cea mai solidă din noi. În oase se adăposteşte măduva osoasă, această „piatră filosofală interioară", unde se petrece alchimia umană cea mai secretă. Ele reprezintă deci ceea ce este mai profund în noi, în psihologia noastră nonconştientă, fiind arhitectura acesteia. În jurul oaselor se construieşte şi tot pe ele se sprijină relaţia noastră cu viaţa. Atunci când suntem profund perturbaţi, atinşi, tulburaţi în credinţele noastre cele mai adânci, de bază, faţă de viaţă, de ceea ce credem că este sau că ar trebui să fie, structura noastră osoasă va exprima acest lucru printr-o suferinţă sau o neplăcere. Este motivul pentru care, de exemplu, fenomenul osteoporozei se dez-

voltă mai ales la anumite femei, dar nu la toate, după menopauză, dezvoltându-se cu atât mai mult cu cât femeia trăieşte acest proces fiziologic ca pe o pierdere a identităţii feminine. Căci imaginea arhetipală profundă a femeii este cea a unei femei care procreează. Acesta a fost, de altfel, pentru mult timp singurul ei „rol" social. Femeile sterile sau intrate în menopauză erau considerate inutile, neproductive pentru colectivitate sau familie până la momentul în care erau, cea mai mare parte a timpului, repudiate de soţii lor.

Atacurile generale la structura osoasă sunt rare şi au tendinţa de a se localiza mai degrabă într-un loc precis al corpului (picior, braţ, cap, încheietura mâinii etc.). De fiecare dată, semnificaţia mesajului va fi în relaţie directă cu acest loc, dar ştiind că problema exprimată acolo este profundă, structurală, legată de o credinţă fundamentală care, pe drept sau pe nedrept, este perturbată de trăirea persoanei.

Scolioza

Este unul dintre exemplele frapante ale acestei problematici structurale. Această deformare a coloanei vertebrale, care poate lua forme grave, cu caracteristici foarte speciale, atinge copiii în perioada creşterii şi se opreşte întotdeauna după pubertate. Să detaliem acest lucru plecând de la constatări simple şi evidente, pe care e bine să le reamintim. Etapa de creştere a unui copil este, desigur, atunci când el se dezvoltă, adică atunci când se îndreaptă spre lumea adultă (cel puţin în formă), părăsind lumea copilăriei. Creşterea lui fizică se face mai ales prin cea a coloanei vertebrale, care se dezvoltă între două axe bine definite: bazinul şi umerii.

Fenomenul scoliozei este cel al unei coloane care creşte între aceşti doi poli, în timp ce ei rămân la o distanţă egală unul de altul, iar reperul „înalt" rămâne la aceeaşi distanţă de sol. Ce reprezintă ele pentru copil şi ce semnifică această creştere, care nu se vede la exterior? Umerii, care sunt axa Yang a corpului şi cea a acţiunii (vezi mai departe capitolul despre umeri şi braţe, paginile 133 şi 145), sunt reprezentări ale tatălui, în timp ce şoldurile, care sunt axa

Yin a corpului şi a relaţiei (a se vedea capitolul despre şold de la pagina 113), sunt reprezentări ale mamei. Acestea sunt cele două repere spaţiale inconştiente pe care copilul le are despre „locul" său şi cel al „părinţilor", reali sau simbolici (dascăli, supraveghetori etc.). Dacă lumea adulţilor nu îl satisface pe copil, dorinţa lui de a schimba locul propriilor repere pentru a le întâlni pe ale lor va dispărea şi copilul va refuza această lume prea puţin atrăgătoare pentru el, alegând, în mod inconştient, să rămână în cea a copilăriei, care îl satisface mai mult. El va „îngheţa" reperele exterioare ale creşterii sale, cele pe care le „vede" şi pe care le poate măsura. Linia bazinului şi linia umerilor vor rămâne deci la aceeaşi înălţime, cu acelaşi spaţiu diferenţial. Totuşi, coloana vertebrală continuă să crească, „obligată" fiind să se înscrie între aceste două puncte fixe. În cazul în care criza este „gravă", spunem că scolioza „flambează".

A doua caracteristică a scoliozei este că se opreşte întotdeauna la sfârşitul pubertăţii. Or, pubertatea reprezintă perioada în care copilul îşi etalează emoţiile faţă de lumea exterioară, când verifică propria capacitate de a-şi găsi locul, de a se face iubit şi a obţine recunoaştere în exterior. Când a găsit acest loc, nu mai are nevoie să-şi mai „îngheţe" reperele şi poate să le lase din nou să se mişte.

Mă gândesc în special aici la Carina. Această adolescentă, în vârstă de 14 ani, manifesta scolioză „intensă", pentru care specialiştii recomandaseră să poarte de urgenţă, 24 de ore din 24, un corset rigid, care închidea întregul tors al copilului, pentru o durată de cel puţin câteva luni. Tatăl ei, care venise la consultaţie pentru o problemă de sciatică, mi-a vorbit despre Carina. După ce l-am sfătuit să ia mai multe avize medicale înainte de a face orice altceva, i-am explicat ce se află în „spatele" scoliozei fiicei sale şi i-am propus să o ajut să înţeleagă ce se petrecea cu ea şi felul în care ar putea schimba acest „program rău" care nu o făcea fericită. Pe lângă şedinţele pe care le realizam împreună, am sfătuit-o să accepte asistenţa unei prietene, care practică o tehnică nu-

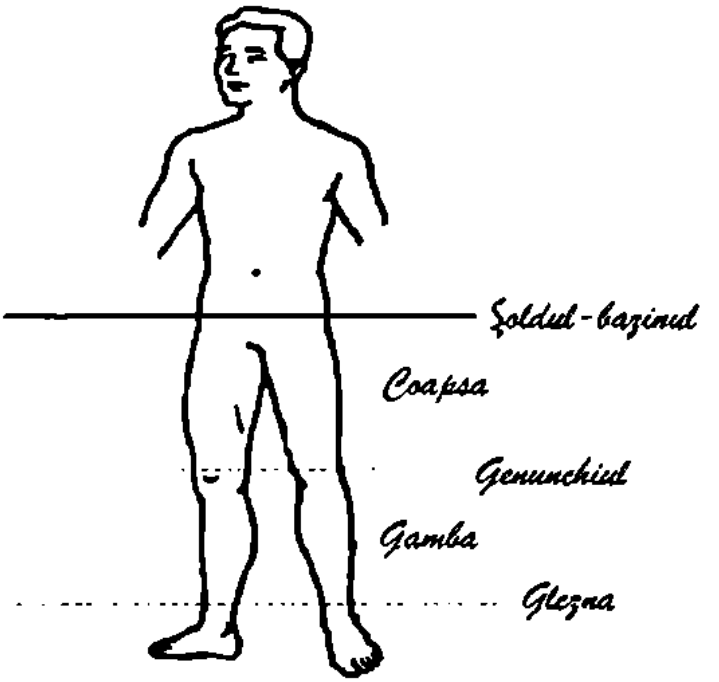
mită *ortobionomie*, şi pe cea a unui medic homeopat. Luna următoare, Carina a stopat net evoluţia scoliozei (care chiar a pierdut unul sau două grade) şi a început să crească (3-4 cm), ceea ce nu se mai întâmplase de un an.

Ce s-a petrecut în viaţa Carinei? În anul care a precedat vizita ei la cabinet, fata îşi pierduse toate reperele din cauza opţiunilor şi deciziilor adulţilor. Mutatul într-o altă locuinţă, schimbarea şcolii şi activitatea profesională prea acaparatoare a unui tată care i se părea prea absent au făcut-o să-şi piardă încrederea în lumea adulţilor. Carina avea totuşi o „rază de soare" în inima ei, prezenţa şi complicitatea unei prietene de şcoală care îi era foarte dragă. Din păcate, a fost din nou „trădată" de adulţi, căci părinţii acestei prietene au decis să se mute, iar mama tinerei a refuzat ca ele să se vadă din când în când sau să corespondeze. Începând din ziua aceea, Carina s-a oprit din creştere şi a decis să-şi păstreze reperele copilăriei. Am ştiut că a câştigat partida când, după cea de-a treia şedinţă a noastră, mi-a povestit că avusese un coşmar în care „un ucigaş omora un copil"...

După structură, să privim acum felul în care este construit, îmbrăcat şi articulat corpul nostru. Plecând de jos, trecem în revistă membrele inferioare, trunchiul, membrele superioare şi capul. Fiecare dintre părţi joacă un rol foarte precis, acesta aflându-se în relaţie directă cu funcţia ei. Vom preciza aceste relaţii pentru fiecare parte, revenind asupra funcţiilor precise ale fiecăreia dintre ele, indiferent că este vorba de un membru sau de un organ.

➢ Membrele inferioare

Ele sunt alcătuite din două părţi, coapsa (coapsă şi femur) şi gamba (pulpa piciorului, tibia şi peroneul), şi trei axe importante, care sunt articulaţiile lor principale. Membrele inferioare se termină cu piesa principală, laba piciorului.



Membrele inferioare

Articulaţiile care leagă laba piciorului, gamba, coapsa şi bustul sunt şoldul, genunchiul şi glezna. Care este rolul primar şi psihologic al picioarelor noastre? Ele ne permit să ne deplasăm, să mergem înainte sau înapoi, de la un loc la celălalt şi, bineînţeles, în oricare altă direcţie. Deci ele sunt vectorii noştri de mobilitate, care ne pun în relaţie cu lumea şi cu ceilalţi. Simbolistica „socială" a piciorului este foarte puternică, el făcând posibile apropierile, întâlnirile, contactele şi progresele. Tot ce ţine de picior este legat de mişcarea în spaţiu şi, mai ales, în spaţiul relaţional. Deci picioarele sunt vectorii noştri de relaţii. Ele sunt reprezentarea lor psihologică şi agentul lor fizic potenţial.

Suferinţele membrelor inferioare

La modul general, dacă simţim tensiuni sau dureri în picioare, aceasta înseamnă că există relaţii încordate cu lumea sau cu o persoană anume. Manifestăm dificultate în a avansa sau în a da înapoi în spaţiul relaţional al momentului. Cu cât

localizarea în picior va fi mai precisă, cu atât mai mult va permite identificarea tipului de tensiune pe care o trăim şi, fără îndoială, înţelegerea ei. Vom detalia cu fiecare parte a piciorului semnificaţiile speciale. Va trebui, pur şi simplu, să înlocuim mereu fiecare tip de semn în cadrul de bază, care este cel al „relaţiilor" cu lumea şi cu ceilalţi. Să studiem, mai întâi, articulaţiile piciorului – şoldul, genunchiul şi glezna –, apoi să trecem la coapsă, gleznă şi laba piciorului.

• ***Şoldul***

Corespunde articulaţiei „primare", de bază, „mama" membrelor inferioare. De la el pleacă toate mişcările potenţiale ale acestor membre, reprezentând, de asemenea, axa fundamentală a lumii noastre relaţionale. L-am numit „uşa Nonconştientului relaţional" (vezi schema de la pagina 130), punctul prin care elementele Nonconştientului se manifestă spre Conştient. Schemele noastre profunde, credinţele privind relaţia cu celălalt şi cu lumea şi felul în care le trăim sunt reprezentate somatic (pentru ceea ce este structura corpului, bineînţeles) de şold. Orice perturbare, conştientă sau nu, a acestor niveluri va avea repercusiuni la nivelul unuia dintre şolduri. Împreună cu bazinul şi cu zona lombară, şoldurile sunt sediul puterii noastre profunde şi, în acelaşi timp, al capacităţii de mobilitate şi de flexibilitate interioară şi exterioară. Plecând de la ele, „fiinţa" noastră se află în relaţie cu lumea.

Suferinţele şoldului

Problemele şoldului – dureri, tensiuni, blocaje, artroze etc. – ne arată că traversăm o situaţie în care „baza" credinţelor noastre profunde este repusă în discuţie. Faptul că această articulaţie, care este primul sprijin fundamental al piciorului, cedează înseamnă că susţinătorul nostru interior de fond, credinţele privind legătura cu viaţa cedează şi ele. Ne aflăm în mijlocul noţiunilor de trădare sau de abandon, care sunt cauzate de noi sau de altcineva.

Dacă este vorba despre şoldul stâng, ne găsim în situaţia unei trădări sau a unui abandon cu simbolistică Yang (paternă). Îmi amintesc de o persoană, pe nume Sylvie, care a venit să mă consulte, cu puţin înainte de a fi operată, pentru o problemă de artroză la şoldul stâng. După ce am lăsat-o să vorbească despre suferinţa ei „mecanică", am adus-o la fondul problemei, făcând-o să spună ceva mai mult despre viaţa ei cu ajutorul unei întrebări simple: „Ce bărbat v-a trădat sau v-a abandonat în ultimele luni?" Cu toată surprinderea, mi-a mărturisit că îşi pierduse soţul în urmă cu trei ani, dar că nu vedea relaţia dintre cele două situaţii. I-am explicat, pas cu pas, procesul inconştient care avusese loc în tot acest timp, înainte de a se manifesta astfel. Ea a recunoscut atunci că, efectiv, trăise dispariţia soţului nu numai ca pe un abandon, ci şi ca pe ceva nedrept. După două şedinţe de masaj de armonizare şi de lucru asupra acestei memorii, şoldul s-a eliberat, astfel încât, în a doua săptămână, două zile întregi nu a simţit nici cea mai mică suferinţă. Temerile şi „obligaţiile" ei profesionale au făcut-o să ia totuşi decizia de a se opera şi, bineînţeles, am lăsat-o să aleagă. Operaţia a „reuşit perfect" şi a redus la tăcere durerea.

Un an şi jumătate mai târziu, a revenit să mă vadă pentru aceeaşi problemă, de data aceasta la şoldul drept. Era clar că nu eliminase nicidecum tensiunea interioară. Rana sufletească nu se cicatrizase absolut deloc şi căuta un alt punct în corp pentru a se manifesta. Atunci am determinat-o să-şi exprime trăirile, iar femeia a „sfârşit" prin a-mi mărturisi că, în plus, după dispariţia soţului ei, a avut dubii foarte serioase privind fidelitatea lui, gândindu-se că o înşelase... Sylvie se simţea trădată în poziţia de soţie. Deci nu era de mirare că Nonconştientul avea nevoie să exprime, printr-unul din şolduri, această rană, care era încă departe de a fi închisă, căci era întreţinută încontinuu de îndoială. Fenomenul se manifesta în partea dreaptă deoarece era în cauză feminitatea şi, mai ales, pentru că şoldul „stâng" nu mai putea „vorbi".

Când este vorba de şoldul drept, ne aflăm în cazul trăirii unei trădări sau a unui abandon, cu simbolistică de tip Yin (maternă). Aici mă gândesc, în afara exemplului precedent, la propriul meu tată. El muncea într-un birou public, unde lucrurile şi comportamentele îi deveneau din ce în ce mai dificil de tolerat, deoarece „trădau" ideea pe care o avea despre serviciul public. Cum să iasă din această situaţie? Într-o zi, a căzut şi s-a lovit foarte rău la şoldul drept. Încet-încet, durerea a crescut până la punctul în care îi era foarte greu, din punct de vedere fizic, să-şi ducă munca până la capăt. Originar de la ţară şi având un înalt grad al datoriei şi al respectului faţă de angajamentele pe care şi le luase, s-a simţit şi mai „contrariat" atunci când a fost sfătuit „să-şi ia concediu medical". „Nu pot să accept, pentru că asta ar însemna ca ceilalţi să facă treaba în locul meu", spunea el la vremea respectivă. Aceasta ar fi fost o trădare suplimentară, dar din partea lui însuşi. Atunci, pentru a evita situaţia, a ieşit la pensie anticipat, cu toate că, din punct de vedere financiar, pierdea mult, mai ales că nu se afla prea departe de pensionarea completă. Însă nu putea să înţeleagă întreaga semnificaţie inconştientă a tot ceea ce se întâmpla. Atunci a pornit să ajute o persoană pe care o cunoştea să înfiinţeze o crescătorie de păstrăvi. Debutul a fost promiţător, dar experienţa trădării a avut loc din nou. Persoana respectivă a început să facă în fiecare zi „glume" care, de fiecare dată, reduceau munca pe care o efectua tata. Până într-o zi când o picătură mai mare decât celelalte (distrugere accidentală) a făcut să se reverse paharul. Durerea de la şoldul drept, care luase forma unei coxartroze, s-a amplificat şi, la puţin timp după ce l-a părăsit pe acest angajator în care investise atât de multă încredere, a fost nevoit să se opereze.

Probabil că, dacă, la vremea respectivă (sunt de atunci 25 de ani), aş fi „ştiut", am fi putut evoca necesitatea de a experimenta trădarea sau abandonul simbolic. De altfel, el cunoscuse acest sentiment, mult mai de tânăr, atunci când, revenind din prizonierat, după război, constatase că tatăl

său abandonase o fermă frumoasă unde trăiseră înainte de marea conflagraţie. Or, el îşi rugase părintele, în mod expres, să nu facă acest lucru. Constatând că tatăl său vânduse ferma pentru a cumpăra o alta, în altă parte, s-a decis să părăsească noua proprietate a familiei pentru a munci în uzină. Spun „probabil" deoarece nu suntem pregătiţi întotdeauna să „înţelegem" anumite lucruri şi că nimeni nu poate trăi sau schimba Legenda Personală a altcuiva.

• ***Genunchiul***

Este a doua articulaţie a piciorului, care serveşte la a îndoi, a se îndoi, a se aşeza în genunchi. Este articulaţia umilinţei, a maleabilităţii interioare, a forţei profunde, opusul puterii exterioare care conferă rigiditate. Este semnul manifestat al supunerii, al acceptării, chiar al predării. Genunchiul reprezintă „poarta Acceptării" (vezi schema de la pagina 130). El este partea care atârnă, continuarea şoldului, a cărei mobilitate o prelungeşte, dar în sens invers. Şoldul este o articulaţie care nu se poate îndoi decât spre faţă, în timp ce genunchiul nu se poate îndoi decât spre spate. Deci înseamnă capacitatea de a abandona, a da înapoi, a ceda. Este, de asemenea, articulaţia care basculează între Conştient şi Nonconştient, reprezentând astfel Acceptarea unei emoţii, a unui resentiment, a unei idei care porneşte din Nonconştient spre Conştient, atunci când ne aflăm în plin proces de Eliberare (vezi schema de la pagina 130). Este articulaţia majoră a relaţiei cu celălalt şi a capacităţii noastre de a accepta ce implică această relaţie din punct de vedere al deschiderii, chiar şi ca un compromis (nu am spus compromitere). De altfel, este interesant de remarcat că „genunchiul" se poate scrie „eu-noi"•...

• Este vorba de un joc de cuvinte al autorului; în franceză, cuvântul genunchi se scrie *genou*, care se pronunţă la fel ca pronumele personale *je-nous*, adică eu-noi (n. trad.).

Suferinţele genunchiului

Este uşor să deducem că, atunci când ne doare un genunchi, înseamnă că avem dificultăţi în a-l îndoi, în a accepta o trăire personală. La nivelul picioarelor, tensiunea este deci de ordin relaţional cu lumea exterioară sau interioară, cu ceilalţi sau cu sine însuşi. Durerile sau problemele „mecanice" ale genunchiului înseamnă că o emoţie, un resentiment, o idee sau o amintire referitoare la relaţia noastră cu lumea nu sunt acceptate, ci chiar respinse. Este vorba de ceva care este trăit în Conştient şi care tulbură, răvăşeşte, perturbă credinţele interioare şi pe care îl respingem înlăuntrul nostru. Poate să fie invers, o emoţie, un resentiment sau o amintire care se iveşte din Nonconştient (mesajul Stăpânului Interior) şi pe care ne este greu să o „acceptăm", să o integrăm în cotidian, în Conştientul nostru, deoarece perturbă, tulbură „obiceiuri" sau credinţe recunoscute şi stabilite.

Dacă este vorba de genunchiul drept, tensiunea se află în relaţie cu simbolistica Yin (maternă). Putem relua aici un exempl precedent, cel al bărbatului care s-a rănit la genunchiul drept în timpul unui meci de fotbal, atunci când tocmai primise actele de divorţ din partea soţiei sale, divorţ pe care el refuza să-l accepte. Mă gândesc aici şi la un caz personal la fel de semnificativ. Sunt câţiva ani de atunci. Practicam intens aikido cu profesorul meu din vremea aceea. Împreună cu câţiva prieteni, am construit, la Paris, un *dojo** magnific, pentru care ne-am spetit muncind, unii dintre noi punându-şi în pericol structura familială şi socială, deoarece construcţia se afla pentru noi pe primul plan, înainte de orice altceva, făcându-ne astfel „indisponibili" pentru foarte multe alte lucruri. La puţin timp după încheierea acestei mari realizări, de care eram extrem de mulţumiţi, relaţiile cu structura care era asociaţia noastră s-au degradat. Dar, în sinea mea, nu puteam accepta mesajele care îmi veneau în

* *Dojo* înseamnă „locul Căii" sau „locul iluminării". Este spaţiul de antrenament în karate. Eticheta tradiţională recomandă salutul – prin înclinare – înaintea *dojo*-ului SHOMEN de fiecare dată când se intră sau se iese din *dojo* (n. trad.).

permanenţă şi îmi arătau că drumul alături de colegii mei luase sfârşit. Îmi era foarte greu să accept această idee, după tot ce investisem în relaţia cu ei, în ciuda trăirii „trădării" cu care se asocia.

Genunchiul meu drept a fost cel care a „cedat" şi m-a obligat să opresc tot, atât cursurile pe care le predam, cât şi cele pe care le urmam. Am suferit o dublă entorsă într-un mod total nesemnificativ în timpul unei încălziri de aikido, pe vremea aceea având deja probleme cu genunchiul respectiv de câteva săptămâni. Nu fusesem capabilă să „înţeleg" că legătura mea cu asociaţia şi dinamica sa „familială" ajunseseră la sfârşit. Această tensiune, adăugată acelora din propria familie în perioada construirii acelui *dojo*, m-a adus până la entorsă, având, în acelaşi timp, o problemă de decalaj la şoldul drept (trăirea trădării). Astfel „m-am autoobligat" să părăsesc această asociaţie, această reprezentare maternă. După o reflecţie dificilă, am sfârşit prin a înţelege mesajul trimis. Cu toată „gravitatea medicală", am putut să-mi reiau repede obiceiurile. Genunchiul drept refăcându-se perfect, mi-a permis să fac aikido din nou, chiar dacă nu-mi mai folosesc timpul în principal pentru asta.

Dacă este vorba de genunchiul stâng, tensiunea este legată de simbolistica Yang (paternă). Am să o dau ca exemplu pe Françoise, o tânără care a venit să mă consulte pentru „stări generale de rău". Din discuţiile pe care le-am avut, a reieşit că o durea genunchiul stâng. În urma diverselor întrebări pe care i le-am adresat şi prin care voiam să aflu dacă trăia o relaţie tensionată cu un bărbat, fata, după ce m-a privit ca şi cum aş fi fost vrăjitoare, a recunoscut că traversa o etapă dificilă în relaţia cu prietenul ei, nemaiacceptând comportamentul acestuia. I-am explicat atunci relaţia care putea exista între genunchi şi tensiunile sale relaţionale cu un bărbat. După câteva minute de reflecţie, tânăra a exclamat: „Asta e! E adevărat, căci, acum câţiva ani, am trăit cu un alt băiat, care mi-a ridicat exact aceeaşi problemă, având şi atunci dureri puternice la genunchiul stâng.

Au încetat la puţin timp după ce ne-am despărţit". Bineînţeles că am îndemnat-o pe Françoise să reflecteze la motivul pentru care a trăit de două ori o experienţă identică şi de ce corpul ei a tras semnalul de alarmă. Am putut elimina astfel rapid „starea de rău".

• ***Glezna***

Este a treia şi ultima articulaţie majoră, care asigură mobilitatea, dintre laba piciorului şi gambă. Glezna este articulaţia gambei care îi dă acesteia fineţe şi mobilitate, mai ales când piciorul este fixat, pus pe sol, dar şi în timpul mişcării. Cu ajutorul ei, putem „apăsa" în sprijinul nostru pe sol (labele picioarelor) pentru a înainta mai bine şi mai repede. Ea este cealaltă extremitate a gambei. Şoldul reprezintă articulaţia de bază a structurilor şi reperelor inconştiente ale relaţiei, în timp ce glezna constituie articulaţia finală şi exteriorizată, adică reperele şi sprijinul conştient al relaţiilor noastre cu lumea. Ea înseamnă articulaţia poziţiilor noastre, a propriilor credinţe recunoscute şi stabilite prin raportare la ceilalţi şi la noi înşine. În sfârşit, glezna este „bariera criteriilor noastre de viaţă" şi simbolizează proiecţia capacităţii noastre de „a decide", a angaja deciziile şi schimbările (de poziţii, de criterii) în viaţa noastră şi de a ne implica în aceste lucruri.

Glezna este „poarta de Implicare" (a se vedea schema de la pagina 130) în sensul deciziei. Stabilitatea şi mobilitatea susţinerilor noastre pe sol (care simbolizează realitatea), ca şi flexibilitatea şi „blândeţea" lor depind de glezne. Ele vor fi, din acest motiv, proiecţia fidelă a stabilităţii, rigidităţii sau a elasticităţii poziţiilor noastre şi a propriilor criterii de viaţă.

Suferinţele gleznelor

Entorsele, durerile şi traumatismele gleznelor ne vorbesc despre dificultăţile pe care le întâmpinăm în relaţiile noastre atunci când ne lipseşte stabilitatea sau flexibilitatea faţă de ele. Suferinţele gleznelor arată că traversăm o etapă

în care poziţiile noastre, criteriile de viaţă, felul în care ne „plasăm" oficial faţă de celălalt nu ne mai satisfac şi că avem dificultăţi în a le schimba, a le „mişca". Aceste poziţii sunt lipsite de maleabilitate sau de tandreţe, de stabilitate sau de „realism". Atunci ne obligăm singuri să ne oprim, căci nu putem continua să avansăm mai mult în această direcţie. Poziţia pe care o avem sau pe care o menţinem nu este bună şi este nevoie să ne schimbăm punctul de sprijin, criteriul aşa-numit „obiectiv" de referinţă, adică credinţa „exterioară", în mod conştient admisă şi recunoscută. Tensiunile sau suferinţele care se manifestă la nivelul gleznelor înseamnă, de asemenea, că avem dificultăţi în a decide ceva, în a lua o decizie importantă în şi pentru Viaţa noastră, fără îndoială pentru că aceasta riscă repunerea în discuţie a unei poziţii actuale care ni se pare satisfăcătoare.

Dacă tensiunea are loc la nivelul gleznei drepte, ea va fi în relaţie cu dinamica Yin (maternă). Mă gândesc aici în mod special la un pacient care se numeşte Peter. El venise să mă consulte pentru dureri la glezna dreaptă, în călcâiul drept, al lui Ahile. Practicând intens joggingul, acest lucru îl deranja enorm şi îl împiedica uneori chiar complet să practice modul său preferat de destindere. Or, soţia lui era o persoană extrem de anxioasă şi nervoasă şi crea, fără să aibă intenţii rele, puternice tensiuni în sânul întregii familii şi în special cu cele două fiice ale lor. Lui Peter îi era din ce în ce mai greu să accepte această situaţie şi nu ştia „pe ce picior să danseze", ce poziţie să adopte pentru ca ea să înţeleagă şi să se poată calma. Simultan, era supus unor tensiuni puternice şi la serviciu. Restructurările erau în curs şi nu ştia ce atitudine să adopte faţă de schimbările ce urmau să fie aplicate. Cele mai importante două axe ale dinamicii Yin, femeia şi firma, erau deci în cauză într-o manieră deschisă, oficială şi cunoscută.

Când este vorba de glezna stângă, tensiunea va fi în relaţie cu sombolistca Yang (paternă). Ceea ce se întâmpla cu Jacques sau cu Françoise, care îşi suciseră glezna stângă,

unul pentru că superiorul său ierarhic, foarte în vârstă, nu reuşea să predea ştafeta, iar el nu ştia cum să-i spună acest lucru, şi cealaltă pentru că fiul ei se droga, iar femeii îi era greu să recunoască această stare de fapt, neştiind ce atitudine să adopte nici faţă de el şi nici faţă de lumea exterioară.

• ***Laba piciorului***

Este vorba de punctul nostru de sprijin pe sol, partea pe care întregul corp se aşază şi se reaşază pentru deplasare, pentru executarea mişcărilor. Ea este cea care ne permite să „împingem" spre faţă şi, în consecinţă, să avansăm, dar şi să blocăm sprijinul nostru şi, în consecinţă, să ne oprim pe poziţiile noastre. Laba piciorului reprezintă deci lumea poziţiilor, extremitatea manifestată a relaţiei noastre cu lumea exterioară. Ea simbolizează atitudinile noastre, poziţiile afirmate şi cunoscute, rolul oficial pe care îl jucăm. Să nu punem niciodată piciorul în uşă pentru a o bloca, deoarece el reprezintă criteriile noastre de viaţă, chiar idealurile. Este vorba de cheia simbolică a sprijinului nostru „relaţional", ceea ce explică importanţa ritualului spălării picioarelor în toate tradiţiile. Gestul acesta ne ajută să ne purificăm relaţia cu lumea, chiar cu divinitatea, afirmându-se şi ca simbol al libertăţii, căci permite mişcarea. De altfel, nu întâmplător fetiţelor din China li se bandajau labele picioarelor. Sub acoperirea unei semnificaţii erotice şi estetice, acest lucru permitea, în fapt, închiderea femeii într-un mod relaţional de dependenţă faţă de bărbat, limitându-i-se potenţialul de mobilitate. Acelaşi fenomen există, de altfel, şi în societăţile occidentale, unde femeile „trebuiau" să poarte tocuri-cui pentru a corespunde unei anumite scheme. Din întâmplare, s-a putut constata că, pe măsura „eliberării" femeilor, înălţimea tocurilor de la încălţămintea lor a scăzut. Astăzi, din ce în ce mai multe femei, mai ales din tinerele generaţii, nu poartă decât pantofi cu tocuri joase.

Suferinţele labelor picioarelor

Ele exprimă tensiunile pe care le simţim faţă de atitudinile pe care le adoptăm în faţa lumii. Ele înseamnă că poziţiile noastre obişnuite, atitudinile pe care le adoptăm sunt lipsite de fiabilitate, de stabilitate sau de securitate. Nu se spune, de altfel, despre cineva care nu este liniştit, căruia îi este frică sau care nu îndrăzneşte să-şi afirme opiniile sau poziţiile, că îl strâng pantofii? Sau, mai trivial, despre cineva care este reţinut sau care nu se simte bine într-o poziţie de moment că se simte mizerabil în bascheţii săi? În sfârşit, nu spunem despre unul care nu ştie ce atitudine să ia faţă de o situaţie (de relaţionare) că nu ştie încotro s-o apuce*?

Atunci când tensiunea se manifestă în laba piciorului drept, se află în relaţie cu Yin (mama), iar dacă are loc în laba stângă, este în relaţie cu Yang (tatăl). Şi aici îmi amintesc, în mod deosebit, de Judith. Acest copil, în vârstă de 9 ani, a fost adus la consultaţie de mama lui, deoarece suferea de o neuro-algodistrofie a gleznei şi a labei piciorului stâng, medicii prezicându-i că „va sfârşi" într-un cărucior. Această afecţiune osoasă, profundă, recunoscută ca fiind de origine „somatică", este câteodată atât de dureroasă, încât poate determina unele persoane să se sinucidă. Ce se întâmplase cu Judith? Tocmai îşi pierduse tatăl, decedat într-un mod brutal. Acest tată, totuşi extrem de important în viaţa ei, îşi distruse-se, în ultima parte a vieţii lui, propria imagine în ochii lui Judith pentru că, de fapt, „căuta să-şi regleze", cu ajutorul alcoolului, anumite probleme. În faţa acestor evidenţe, Judith a început, cu 15 zile înaintea morţii tatălui ei, să simtă dureri în glezna stângă. Din nefericire, tatăl a ales să „plece", iar Judith nu a mai ştiut unde ajunsese sau pe ce să se mai bazeze. Cu cât a realizat că nu mai există niciun tată pe care să se sprijine, adică nicio reprezentare a forţei, cu atât mai mult imaginea lui a început să se şteargă. Judith a făcut acelaşi lucru cu glezna şi laba piciorului stâng, care au început să se

* În franceză, în original, „qu'il ne sait sur quel *pied* danser" (n. trad.).

demineralizeze. Am acţionat atunci mai întâi pentru a dedramatiza, apoi pentru a reconstrui memoria emoţională, precum şi un efort remarcabil de reechilibrare a energiilor copilei. Fiind un caz urgent şi cu o manifestare intensă, în acelaşi timp, am încredinţat fata atât unui prieten medic homeopat, care i-a stabilit un tratament remineralizant de fond, cât şi unei prietene, care a ajutat-o prin metoda de *ortobionomie**. La capătul a 15 zile, Judith şi-a pus cârjele şi s-a întors la şcoală, spre marea surprindere a medicului, care a avut proasta inspiraţie de a o acuza de simulare, căci era imposibil ca ea să poată merge din nou. Mi-au trebuit două şedinţe suplimentare pentru a opri recidiva care s-ar fi declanşat ca urmare a unei asemenea atitudini „negative" venite, din nou, de la o persoană menită să reprezinte „autoritatea" (simbolistică paternă).

- ***Degetele de la picioare***

Degetele de la labele picioarelor reprezintă terminaţiile „fine" ale acestor puncte de sprijin. Ele sunt „detaliile", „terminaţiile" acestora şi, în consecinţă, terminaţiile poziţiilor noastre, detaliile credinţelor noastre sau punctuaţiile atitudinilor noastre relaţionale. Fiecare deget de la laba piciorului reprezintă, la rândul lui, un amănunt special, un mod sau o etapă specifică pe care o decodăm graţie unui meridian energetic ce se termină sau care debutează în degetul la care ne referim. În calitate de element periferic şi de terminaţie a relaţiei, degetul îi permite cu uşurinţă individului să se servească de el ca mijloc de *feed-back*, de efect retroactiv. Mulţumită fiecăruia dintre degete şi punctelor energetice aflate la extremităţile lor, individul poate stimula sau evacua inconştient, dar eficace, eventualele tensiuni care se găsesc acolo. Degetele de la picioare sunt, de aceea, ca şi cele de la mână, atât locurile, cât şi mijloacele privilegiate ale multiplelor mici

* Tehnică manuală de corecţie osteo-articulară. *Ortoxilen-bionomy* este un termen care provine din limba greacă şi denumeşte funcţionarea corectă a legilor naturale. În anii '60, Herbert Shelton, igienist, a inventat termenul de *ortobionomie* pentru a defini dreptul la viaţă şi adaptarea la mediu (n. trad.).

acte „ratate" cotidiene, care ni se par întâmplătoare şi fără semnificaţie. Dar nu ne ardem, nu ne rupem sau nu ne răsucim niciodată din întâmplare unul dintre degetele de la picioare. De fiecare dată, este vorba de un proces „uşor", dar clar al unei căutări de exprimare sau/şi de evacuare a unei tensiuni relaţionale. Acest proces poate exista pentru că punctul energetic aflat la extremitatea fiecăruia dintre degete se numeşte „punct sursă" sau „punctul Primăverii". Este punctul renaşterii potenţiale a energiei mulţumită căreia o nouă dinamică poate apărea sau prin care cea veche poate să iasă din „picaj" şi să-şi schimbe polaritatea.

Suferinţele degetelor de la picioare

Voi prezenta aici semnificaţia generală a fiecărui deget al labei piciorului şi suferinţele care se exprimă la acest nivel. Pentru a înţelege cât mai în detaliu dinamica ce se află în spatele acestora, este suficient să ne raportăm în această lucrare la partea care priveşte meridianul energetic ce ajunge în degetul la care ne referim şi căruia îi include dinamica generală. Dacă tensiunea se manifestă într-un deget de la piciorul drept, ea se află în relaţie cu simbolistica Yin (maternă); într-un deget de la piciorul stâng, cu simbolistica Yang (paternă).

Degetul mare al piciorului

Este singurul deget în care debutează două meridiane energetice, cel al Splinei-Pancreasului şi cel al Ficatului. Fiind degetul de bază al sprijinului nostru relaţional, a ceea ce suntem, după instalarea menopauzei (pierderea fecundităţii, deci a valorii feminine) se dezvoltă frecvent o deformare a lui, care se numeşte *hallux valgus*. Traumatismele sau tensiunile suportate de degetul mare înseamnă că simţim o tensiune echivalentă în relaţia noastră cu lumea, pe plan material (latura internă) sau afectiv (partea externă a labei).

Al doilea deget („arătătorul" piciorului)

Este degetul în care ajunge meridianul Stomacului, adică cel care guvernează raportul nostru cu materia, digestia materiei respective. Băşicile, bătăturile, suferinţele sau traumatismele la nivelul acesta al piciorului ne vor vorbi despre dificultatea de a gestiona anumite situaţii materiale sau profesionale.

Al treilea deget („mijlociul" piciorului)

Nu există meridian organic în acest deget, dar el se află în relaţie „indirectă" cu Trei focare. Este deci degetul central, cel al echilibrului şi al coerenţei atitudinilor noastre relaţionale. Suferinţele degetului „mijlociu" de la picior înseamnă că avem dificultăţi în a ne echilibra în special în viitor. Frica de a merge mai departe, într-un mod just, se poate exprima prin acest deget.

Al patrulea deget („inelarul" piciorului)

Este locul în care ajunge meridianul Vezicii biliare. El reprezintă detaliile relaţiilor noastre cu lumea, în sensul de just şi injust, al căutării perfecţiunii. Atunci când avem tensiuni, crampe sau suferinţe în acest deget, înseamnă că trăim o situaţie relaţională dificilă în termeni de *just* sau *injust*. Este vorba de o relaţie care nu ne satisface la nivelul condiţiilor şi al calităţii lor.

Degetul mic al piciorului

Degetul mic al piciorului este cel în care se termină meridianul Vezicii, care patronează evacuarea lichidelor organice şi a „vechilor memorii". Atunci când ne lovim în acest loc, ceea ce este extrem de dureros, căutăm să eliminăm vechile memorii sau vechi scheme relaţionale. Încercăm să schimbăm, fără îndoială, obiceiurile trecute, modurile de relaţionare cu lumea şi cu celălalt, care nu ne mai satisfac. Prin traumatisme sau suferinţă (corp, răni, entorse etc.), ne stimulăm propriile energii pentru a facilita evacuarea vechilor

feluri de a gândi, de a fi, de a trăi, cu scopul de a le putea înlocui cu altele.

• ***Coapsa, femurul***

Coapsa se situează între şold şi genunchi. Am văzut înainte, mult mai în detaliu, ce reprezintă aceste două articulaţii. Să ne amintim că şoldul şi bazinul sunt reprezentarea inconştientului relaţional. Ele constituie „poarta Nonconştientului" pe care eu o numesc „Poarta Integrării", punctul de emergenţă, ieşirea la suprafaţă a Nonconştientului nostru în raportul său relaţional cu lumea şi cu fiinţele (printre care şi noi înşine). Cât despre genunchi, putem spune că este „poarta, bariera împotriva acceptării". Coapsa, formată în jurul femurului, reprezintă ceea ce se află între cele două şi ceea ce le leagă. Poate să fie vorba de proiecţia etapei de trecere a memoriilor, a temerilor sau a dorinţelor, a Nonconştientului spre Conştient. Atunci ne aflăm în procesul de condensare (a se vedea schema de la pagina 130), în momentul care precede acceptarea lor conştientă. Dar poate fi, de asemenea, trecerea Conştientului spre Nonconştient. Atunci, ne aflăm în plin proces de eliberare, în momentul care urmează acceptarea conştientă şi care precedă nonconştiinţa.

Suferinţele coapsei şi ale femurului

Memoriile sau rănile inconştiente profunde ale unui individ, care urcă la suprafaţă şi pe care el refuză să le accepte, se vor manifesta prin tensiuni în coapsă (punct dureros, crampe, sciatică localizată etc.), chiar printr-o fractură a femurului, atunci când amintirea, memoria care apare la suprafaţă este foarte puternică sau tulbură structura (oase) credinţelor personale sau a alegerilor pe care le face individul în timpul vieţii.

În sens invers, poate fi vorba de trăiri şi experienţe pe care individul le-a acceptat în Conştientul său, în mentalul său, dar pe care nu poate sau nu este încă pregătit să le accepte înlăuntrul lui. Poate fi cazul unui individ care a trebuit să cedeze în legătură cu ceva considerat important

pentru el (promovare socială, lucru, casă, ţară, de exemplu) şi pe care l-a acceptat în mentalul său. Totuşi, în adâncul lui, el nu-l acceptă. În ciuda motivelor logice care i-au permis să înţeleagă lucrurile, el refuză să le integreze. Dacă durerea sau traumatismul se situează în femur, înseamnă că tensiunea este legată de structura profundă, de credinţele şi valorile inconştiente ale persoanei. Dacă, în schimb, trauma se situează în coapsă, în muşchi, se pare că ne găsim în prezenţa unei manifestări considerate mai puţin „gravă", mai puţin ancorată în structură.

Dacă tensiunea, durerea sau fractura se găseşte în coapsa dreaptă, va fi vorba despre ceva aflat în relaţie cu Yin, simbolistica maternă, şi cu toate reprezentările sale. Îmi vine în minte, de exemplu, cazul unui prieten care trebuia, din raţiuni economice, să-şi vândă casa. Ştia foarte bine că acest lucru era necesar, chiar obligatoriu. Era o necesitate clară în capul lui şi îi acceptase mintal toate motivele, despre care vorbea pe îndelete cu mine. Singura problemă era că, de mai mulţi ani, îşi găzduia mama într-o parte a casei şi îi era absolut imposibil să accepte ideea de a-i spune să plece pentru că era nevoit să vândă casa. Prietenul meu îşi „expulza" tensiunea prin dureri repetate şi uneori violente care se „plimbau" între fesa dreaptă, coapsa dreaptă şi genunchiul drept, în funcţie de starea psihică şi de gradul de acceptare interioară.

Dacă, în schimb, tensiunea, durerea sau fractura se situează în coapsa stângă, ea va fi în relaţie cu Yang, simbolistica paternă, şi cu toate reprezentările sale. Acesta a fost cazul lui Pascal. Copil fiind, şi-a fracturat femurul stâng la vârsta de 16 luni. Circumstanţele de atunci nefiind suficient de clare în memorii, este dificil să determinăm ce se afla în spatele acestei fracturi, atât de rare la această vârstă. Şi-a pierdut tatăl câţiva ani după aceea într-un accident de circulaţie. Băiatul a refuzat atunci să „vadă" lucrurile şi a avut o problemă gravă la ochiul stâng, care a dispărut practic de la o zi la alta, atunci când medicii au decis să-l opereze pentru „a se lămuri ce are", căci examenele oftalmologice nu indicau nicio afecţiune

patologică sau leziune. Legătura cu întreaga simbolistică paternă, adică cu ierarhia, autoritatea şi propria poziţie ca bărbat, a fost afectată în mod inconştient de această dispariţie. Câţiva ani mai târziu, atunci când trăia o situaţie dificilă în viaţa sa de bărbat, şi-a fracturat din nou femurul stâng într-un accident de circulaţie pe care l-a provocat şi suportat singur. Acest accident a determinat familia să descopere profunzimea suferinţei lui, pe care nu putea nici să o exprime, nici să o recunoască, nici să o admită el însuşi. Memoria emoţională care ieşea la suprafaţă era mult prea puternică pentru a fi „recunoscută", de unde fractura de femur. Trăind de pe o zi pe alta, şi-a lăsat viaţa în voia sorţii, părând să fie supus unei programări interioare suicidare deja declanşate. Ajuns la „capătul drumului", a terminat prin a accepta să meargă într-un centru de odihnă cu scopul de a opri această dinamică şi de a încerca să se reconstruiască. Totul s-a schimbat brusc în viaţa lui din ziua aceea. A întâlnit-o în sfârşit pe cea care avea să-i devină soţie şi care i-a redat imaginea de bărbat. Avea 34 de ani şi jumătate, exact vârsta la care tatăl lui dispăruse dintre cei vii.

- ***Gamba, tibia şi peroneul***

Ele se situează între genunchi şi gleznă. Am văzut că genunchiul reprezintă poarta Acceptării. Cât despre gleznă, ea este poarta Deciziei, adică punctul de trecere în lumea atitudinilor şi a realului dobândit. Atunci când avem o idee nouă, care vine din fondul memoriilor (Nonconştient) şi pe care am acceptat-o (genunchiul), trebuie să o integrăm în conceptele noastre conştiente privitoare la relaţia cu lumea, în criteriile noastre de viaţă sau în idealul nostru de viaţă. Dacă această integrare este dificilă, vom cunoaşte tensiuni, suferinţe, crampe în gambe sau o fractură a tibei şi/sau a peroneului. Ne aflăm în acea parte a corpului care precede sau care urmează piciorul, în funcţie de sensul circulaţiei energiilor pe care le alegem (Condensare sau Eliberare). Aceasta poate fi etapa de trecere a memoriilor, temerilor, dorinţelor sau

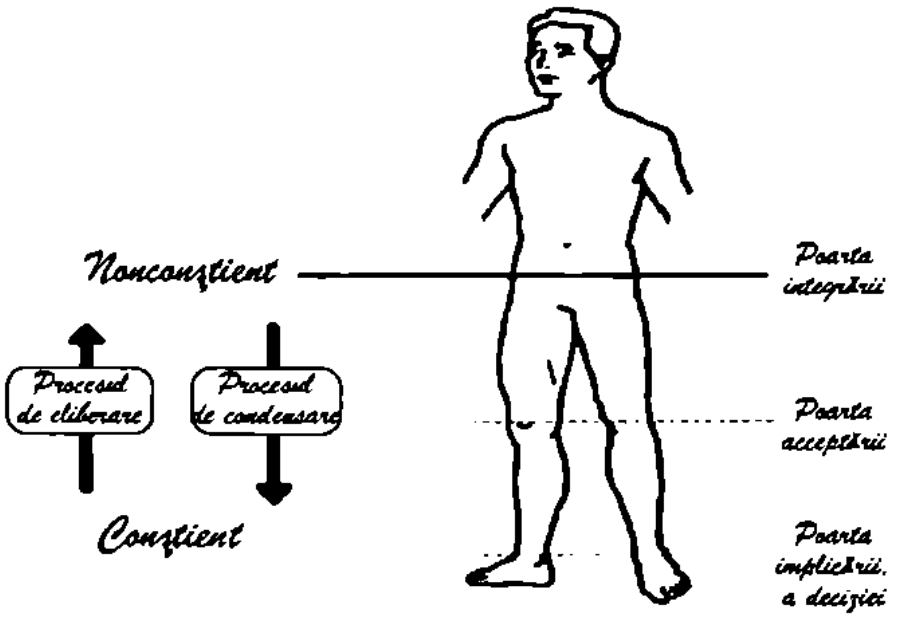
trăirilor, a Nonconştientului spre Conştient (sensul dinspre genunchi spre laba piciorului). Astfel, ne aflăm în procesul de Condensare, în momentul care urmează Acceptării conştiente şi precede Integrarea lor în real (gleznă, laba piciorului). Dar poate fi vorba şi de trecerea Conştientului spre Nonconştient (sensul dinspre laba piciorului spre genunchi). Suntem, în acest caz, în plin proces de Eliberare, la momentul care precede Acceptarea lor nonconştientă şi care urmează Acceptarea în real.

Suferinţele gambei, tibiei şi peroneului

Ele urmează să ne vorbească despre dificultatea de a accepta schimbările pe care trăirea noastră le poate impune uneori în criteriile noastre exterioare de viaţă. Dificultatea de a ne schimba opinia sau atitudinea cu privire la un punct de vedere obişnuit al relaţiei noastre cu lumea poate să se manifeste printr-o durere în această regiune a piciorului, chiar să se ajungă până la fractură. Ea se produce atunci când tensiunea este prea puternică şi atitudinile noastre sunt atât de ancorate, plantate în sol, încât nu pot admite torsiunea impusă de exterior. Atunci, tibia şi peroneul, chiar ambele, „cedează". Dar simpla „rigiditate" a gambei înseamnă deja că ne aflăm în dificultate de „a mişca", de a da gleznei şi labei piciorului posibilitatea să-şi joace rolul de elemente mobile, de potenţial de schimbare a punctului de sprijin în viaţă. Despre această dificultate, de exemplu, ne vorbesc punctele de sciatică ce se manifestă în această parte a gambei. Acolo, este vorba, bineînţeles, întotdeauna despre sciatică, cu toată semnificaţia ei de bază, dar cu un plus de fineţe care se exprimă prin gambă.

Dacă tensiunea se manifestă în gamba stângă, ea este în legătură cu dinamica Yang (tatăl). Mă gândesc aici la Clotilde. Această persoană, care a urmat câteva dintre stagiile de dezvoltare personală, a venit să mă consulte pentru o problemă de sciatică resimţită dureros în gamba stângă. Lucrând deja împreună, i-a fost „uşor" să ajungă rapid la „torsiunea" pe care însă nu o accepta în viaţa ei şi care căuta să se elibereze

în acest fel. Patronul ei, şeful unei IMM şi veritabilă „caricatură" paternă, avea intenţia să o „oblige" să-şi schimbe felul de a lucra şi să o constrângă să pregătească pe cineva ca să o asiste, cu toate că, din multiple raţiuni (şi temeri), ea era deosebit de independentă, chiar solitară. Tensiunea s-a eliberat într-o şedinţă, dar s-a mutat practic imediat în coapsă şi spre şold în momentul în care şi-a dat seama că patronul urmărea, în acest mod, să o trădeze, dorind de fapt să o înlocuiască cu cealaltă persoană, care i se părea mai uşor de „mânuit". A trebuit să facem şi o şedinţă de eliberare a şoldului, atât pe plan fizic, cât, bineînţeles, şi psihic.



Simbolistica membrelor inferioare

Dacă tensiunea se manifestă în gamba dreaptă, înseamnă că are legătură cu dinamica Yin (mama). Iată cazul Claudinei, care mă consultase deja pentru alte probleme şi venise din nou să mă vadă pentru o tensiune de tip sciatic în gamba dreaptă, care se manifesta în mod deosebit pe un traiect mai jos de genunchi. I-am explicat, în timp ce lucram pe corpul ei asupra energiilor, semnificaţia potenţială a

acestei dureri. Ea a început imediat să plângă încet şi mi-a povestit că trăia efectiv o situaţie dificilă la locul de muncă. Era nevoită să ia o decizie importantă pentru cariera ei, cu presiuni deloc neglijabile din partea firmei (mama). Această decizie era totuşi foarte greu de acceptat şi, în consecinţă, de luat, căci ar fi trebuit să abandoneze, datorită ei, un individ pe care îl „proteja" şi care risca să „sufere" mult din cauza „plecării" sale.

Ne putem imagina şi prezenta pe scurt tot ceea ce priveşte partea de „jos" a corpului nostru, picioarele noastre, în schema care urmează. Ea ne permite să observăm, într-un mod simplu, ce se întâmplă şi cum.

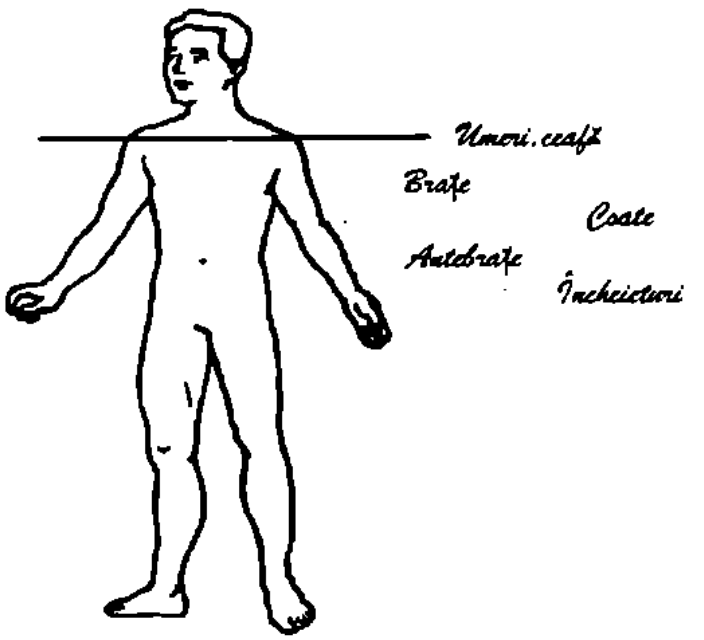
De fiecare dată când simţim tensiuni în partea inferioară a corpului, înseamnă că, în cadrul relaţiei noastre cu celălalt (dorinţă, voinţă, imposibilitate, incapacitate, frică etc.) sau cu noi înşine, trăim o tensiune echivalentă, legată fie de incapacitatea noastră presupusă, fie de o incapacitate venită din exterior. Ne găsim în faţa unei atitudini, a unui rol sau a unei posibilităţi în care nu putem, nu ştim sau nu reuşim să fim.

Vom trece acum la partea de sus a corpului, care include braţele, umerii şi ceafa.

➢ Membrele superioare

Ataşate bustului la nivelul umerilor, membrele superioare ne permit nu numai să atingem, să apucăm, să luăm, ci şi să aruncăm, să înconjurăm, să strângem, să sufocăm sau să închidem pe cineva ca într-o închisoare, permiţându-ne, în final, să acţionăm; ele sunt vectorii acţiunii. Spunând „acţiune", spunem autoritate, putere şi forţă. Din acest motiv, braţele ne dau posibilitatea să acţionăm asupra altor persoane sau lucruri, chiar să le judecăm (braţ laic) sau să tranşăm, deci, prin extensie, să alegem. În sfârşit, putem, mulţumită lor, să protejăm, să apărăm şi să ne apărăm. Fiind, în acelaşi timp, vectori ai acţiunii şi ai alegerilor, braţele permit trecerea de la conceptual la real, la **a face**. Prin intermediul lor, **fiinţa** se poate exprima prin **a face**, conceptualul poate trece în real,

Yang se poate manifesta în Yin. Ca şi picioarele, braţele sunt alcătuite din două părţi: braţ (biceps şi humerus) şi antebraţ (radius şi cubitus), separate prin trei articulaţii principale, în acest caz fiind vorba despre umeri, coate şi încheieturi. Fiecare membru superior este terminat cu o parte foarte importantă, mâna.



Membrele superioare

Suferinţele membrelor superioare

Durerile, rănile sau întinderile pe care le simţim în braţe sunt semne că trăim tensiuni în voinţa noastră de acţiune asupra lumii exterioare sau interioare. Ele ne vorbesc despre dificultatea noastră de a acţiona asupra ceva sau a cuiva, de a face sau de a alege. O dorinţă de acţiune, de stăpânire sau de control, care nu se va putea realiza, se va exprima prin tensiuni care pot, ca în cazul picioarelor, să ducă la ruptură, adică la fractură. Suferinţele braţelor pot, de asemenea, să însemne că întâmpinăm dificultăţi de a trece în real, după ce am ales idei, proiecte sau concepte la care ţinem. În

funcţie de punctul precis de pe braţ, umăr, antebraţ sau încheietură etc. unde se manifestă tensiunea, vom obţine o informaţie mai detaliată în privinţa a ceea ce ne „împiedică", după părerea noastră, să acţionăm. În sfârşit, braţele noastre pot să ne „vorbească" despre raportul pe care îl avem cu puterea, cu posesiunea şi, în consecinţă, despre capacitatea de a „abandona" sau nu lucrurile.

Ca şi în cazul gambelor, vom studia mai întâi axele articulare, apoi braţul, antebraţul şi mâna, acordând un loc special cefei.

• ***Umărul***

Fiind pentru braţ echivalentul şoldului pentru picior, umărul este articulaţia de bază, punctul de ancorare, primul ax al braţului. El reprezintă acele axe conceptuale profunde ale capacităţii şi voinţei noastre de acţiune şi de stăpânire. Umerii poartă trama inconştientă a raportului pe care îl avem cu această acţiune şi voinţă de stăpânire a lumii. Capacitatea de a acţiona, „voinţa voluntară", prejudecăţile, intenţiile aparţin simbolisticii umărului. Deci tot ceea ce priveşte dorinţa noastră profundă de acţiune asupra a ceva sau a cuiva va avea o relaţie somatică directă cu el. Ca şi şoldul, umărul este poarta de Integrare, poarta Nonconştientului (a se vedea schema de la pagina 150), în acest caz fiind vorba despre raportul pe care îl stabilim cu acţiunea, în timp ce, în privinţa şoldului, ne referim la raportul pe care îl avem cu relaţia. La acest nivel, dorinţa şi voinţa de a acţiona ies la suprafaţă pentru a se exprima în real.

Aici, imaginea „porţii" este uşor amuzantă, căci osul care face legătura între umăr şi piept (stern) se numeşte claviculă, cuvânt provenit din latinescul *clavicula,* care înseamnă „cheie mică". Or, punctul de legătură a claviculei cu sternul se situează exact sub ceakra gâtului, care este ceakra exprimării de sine. Această remarcă devine şi mai interesantă atunci când ne gândim că singurul mijloc de exprimare a omului, în timpul incarnării sale, este tocmai prin a face, a săvârşi, a acţiona, a căror poartă o reprezintă umerii.

Suferinţele umărului

Tensiunile pe care le simţim în umeri (vârful umărului, muşchii trapezoidali, claviculele, omoplaţii etc.) ne atrag atenţia asupra dificultăţii de a acţiona. Ele înseamnă că întâlnim sau resimţim obstacole în calea dorinţei de acţiune, mai ales în termeni de mijloace. Ne simţim „împiedicaţi" nu din lipsă de capacitate, ci, mai de grabă, din lipsă de asistenţă sau din pricina opoziţiei exterioare. Ni se pare că lumea exterioară (sau propria noastră cenzură) ne împiedică, nu ne permite, nu ne dă mijloacele sau nu ne autorizează să acţionăm. Deci energiile nu pot trece în braţe, ci se blochează în umeri. Desigur, nu persoanele „cerebrale", care gândesc mult şi acţionează puţin, mă vor contrazice, căci ele au, în cea mai mare parte, muşchii trapezoidali foarte dureroşi.

Dacă este vorba de umărul stâng, tensiunea este în legătură cu simbolistica Yang (paternă), iar dacă este vorba de umărul drept, acesta se află în relaţie cu dinamica Yin (maternă). Mă gândesc aici, în mod deosebit, la Andrée, care a venit să mă consulte pentru dureri puternice resimţite la nivelul umărului drept. Ea trecea, la vremea respectivă, printr-o perioadă extrem de dificilă din cauza fiicei sale. Aceasta, o tânără destul de nepăsătoare – am spune –, înfiinţase o sală de gimnastică şi de dans pentru care ceruse ajutor şi garanţie financiară de la mama ei. Din păcate, dezinteresul şi criza economică au făcut, destul de repede, ca sala să producă dificultăţi serioase. Andrée, care voia să-şi recupereze sau cel puţin să-şi protejeze fondurile, dorea, de mai multe luni, ca fata să întrerupă această activitate. Din punct de vedere legal, nu putea să facă nimic, nefiind girant. Şi nu putea nici să „acţioneze" asupra fiicei sale, adică să o oblige să renunţe la sală. Se simţea „blocată" neputând întreprinde nimic, căci lumea exterioară (legislaţie, contracte, fiica ei) o împiedica, nu îi dădea voie să acţioneze. Întreprindere, legi, contracte şi fiică (dinamica Yin), plus imposibilitate, obstacol în calea acţiunii (umărul) făceau să fie întrunite toate condiţiile pentru ca umărul drept să se

blocheze şi să-i stârnească pacientei mele o suferinţă, exprimând astfel „clar" mesajul şi permiţându-i, în acelaşi timp, să evacueze tensiunea sub forma durerii.

• ***Cotul***

Fiind a doua articulaţie care leagă umărul de braţ, cotul reprezintă echivalentul genunchiului. Este vorba, de asemenea, de articulaţia care pliază, desface, cedează, dând braţului posibilitatea unei mobilităţi multidirecţionale spre toate axele orizontalităţii şi verticalităţii, cu excepţia direcţiei „spre spate", inversă faţă de genunchi. Dificultatea de a ceda faţă de o voinţă de acţiune prea rigidă se va resimţi în această articulaţie. Cotul reprezintă poarta Acceptării (a se vedea schema de la pagina 150) faţă de acţiune. De asemenea, este articulaţia care basculează între Conştient şi Nonconştient, fie în sensul Condensării (a Nonconştientului spre Conştient), fie în sensul Eliberării (a Conştientului spre Nonconştient). La acest nivel au loc basculările resentimentelor noastre, ale emoţiilor sau ideilor de acţiune, cu condiţia Acceptării lor.

Suferinţele cotului

Atunci când cotul suferă, înseamnă că avem dificultăţi în acceptarea unei trăiri, a unei situaţii. Fiind la nivelul braţului, această tensiune se găseşte, în mod necesar, în raport cu acţiunea, cu a face. Se petrece deci ceva sau cineva face ceva ce noi respingem, acceptăm cu dificultate sau nu acceptăm decât constrânşi sau forţaţi.

Poate fi, de asemenea, un lucru pe care ar trebui să-l facem fără voia noastră sau pe care am prefera să-l facem într-un alt mod sau să nu-l facem deloc. Tensiunile de la nivelul cotului ne spun că modul nostru de a acţiona sau modul celorlalţi nu ne convine, ne perturbă obiceiurile de acţiune, credinţele sau certitudinile faţă de ele.

Dacă durerea sau traumatismul se manifestă în cotul drept, se află în relaţie cu simbolistica Yin (maternă), iar dacă are loc în cotul stâng, cu simbolistica Yang (paternă).

Exemplul cel mai bun care îmi vine în minte este al lui Hervé, care a solicitat o consultaţie pentru dureri la nivelul umerilor şi bicepşilor. Este adevărat că, practic, toată partea stângă a corpului său era dureroasă, tensionată. Operat la glandele salivare din partea stângă la puţin timp după venirea lui în Franţa, omul manifesta tendinţa de a se răni în această zonă, începând cu momentul despre care vă vorbesc, în urmă cu 20 de ani. Atunci când a venit să mă viziteze, cel mai rău suferea din pricina umerilor, ca apoi să-mi spună că durerea „a coborât acum" în coate, cu o dominantă uşoară în partea stângă. Viaţa nemiloasă îl aruncase în mijlocul evenimentelor pentru câştigarea independenţei, care avuseseră loc în Algeria. La vremea respectivă, tatăl său fusese ridicat şi dispăruse în mod misterios. De atunci, Hervé nu mai avusese niciodată veşti despre el şi nu putea să presupună decât că murise. Câteva luni mai târziu, glandele sale salivare din partea stângă începuseră să se sclerozeze. În pofida tuturor tratamentelor, a ajuns într-un punct critic, fiind nevoit să se opereze. Intervenţia chirurgicală a „reuşit" perfect. Numai că nu „înghiţise" ceea ce se întâmplase cu părintele lui şi partea stângă a corpului său a continuat să tragă semnalul de alarmă, încercând să-i comunice suferinţa. Dar bărbatul trebuie să fie puternic, şi atunci el nu şi-a exprimat adevăratele sentimente. Hervé nu a acceptat niciodată ceea ce se întâmplase, ceea ce se făcuse şi, astfel, rămăsese fragil. E adevărat că şi astăzi se confruntă cu probleme şi cu constrângeri de acţiune în mediul său profesional, având dificultăţi în a le accepta. Umerii săi, bicepşii, apoi coatele s-au manifestat în mod dureros, indicând astfel simţirea blocajului faţă de acţiune, cu o dominantă în partea stângă, care îi arăta că rana sa „paternă" nu se cicatrizase încă.

- ***Încheietura mâinii***

Fiind articulaţia cu mobilitate completă, este legată de cot prin antebraţ şi îi permite mâinii, vectorul final al acţiunii, să se mişte în toate direcţiile. La nivelul său, mâna se

ataşează de braţ, dându-i toată mobilitatea potenţială. Ea face legătura între cel ce transmite acţiunea (braţul) şi cea care o îndeplineşte (mâna). Această articulaţie reprezintă poarta Alegerii, poarta Implicării (a se vedea schema de la pagina 150), ca şi glezna, dar, de această dată, în lumea acţiunii. În executarea unei acţiuni, braţul este vectorul prim şi de transmitere, în timp ce mâna este nu numai vectorul final şi de realizare. Încheietura permite legătura între cele două, dând mâinii o mobilitate totală, o supleţe şi o precizie a direcţiei pe care, fără ea, nu ar putea-o avea. Deci încheietura permite mobilitatea, flexibilitatea, „rotunjirea" nu numai a acţiunilor noastre, ci şi a opiniilor, fiind proiecţia aceloraşi calităţi în raport cu voinţa noastră şi căutarea puterii asupra lucrurilor şi fiinţelor. Este articulaţia conştientă atât a reperelor noastre de acţiune şi de stăpânire, cât şi a expresiei manifestate de voinţa noastră, în timp ce umărul reprezintă articulaţia inconştientă a aceloraşi repere.

Suferinţele încheieturii

Entorsele, durerile sau traumatismele încheieturii mâinii ne vorbesc despre tensiunile noastre, despre lipsa noastră de flexibilitate sau de securitate în actele pe care le întreprindem, în dorinţa de a acţiona sau în opiniile noastre. Ele arată că relaţia noastră cu acţiunea, cu ceea ce facem este lipsită de securitate, de soliditate. Atunci ne întărim încheieturile pentru a le face mai „solide". Tensiunile ne vorbesc şi despre rigiditatea pe care o manifestăm în acţiune, adică despre căutarea puterii noastre asupra lumii exterioare (obiecte, materie sau fiinţe) şi chiar asupra noastră. Când ne împiedicăm pe noi înşine să facem un anumit lucru, când nu ne dăm această posibilitate, încheieturile noastre (şi mâinile) se vor încorda şi vor suferi. Cu ele înlănţuim prizonierii pe care vrem să-i împiedicăm să acţioneze (şi cu picioarele vrem să-i împiedicăm să fugă). Dar, în acelaşi mod, atunci când ţinem să facem prea mult, când suntem voluntari sau excesiv de direcţi şi când acţiunea nu trece decât prin voinţă şi în forţă, încheieturile noastre îşi vor manifesta opoziţia şi vor

calma nu numai voinţa excesivă, ci şi folosirea forţei, întotdeauna dureroasă. Stăpânul nostru Interior ne obligă astfel să ne liniştim!

Când durerea, traumatismul sau tensiunea se manifestă în încheietura dreaptă, se află în relaţie cu Yin (simbolistică maternă), iar în încheietura stângă, cu Yang (simbolistică paternă). Iată ce mi s-a întâmplat acum câţiva ani, când practicam, deja de trei ani, aikido. Având un caracter foarte voluntar, manifestam în practica mea o anume tendinţă de a vrea să trec în forţă, să reproduc în plan fizic tipul de raport mental pe care îl aveam cu viaţa. Or, era foarte clar că practicarea cu regularitate şi asiduitate a sportului numit aikido îmi dădea, în mod progresiv, din ce în ce mai multă putere personală asupra lumii exterioare. Riscul se profila la orizont: din această putere asociată cu tipul meu de voinţă urma să rezulte un „cocktail" cu atât mai periculos cu cât nu era „fabricat" intenţionat, cel al unei puteri nestăpânite. Stăpânul meu Interior trebuia să vegheze, căci pe parcursul unui stagiu de aikido în Aveyron, încheieturile mele deveneau pe zi ce trecea din ce în ce mai dureroase, până la punctul în care nu am mai putut ţine sau „strânge" partenerul în timpul exerciţiilor. Nu am avut încotro şi am fost nevoit să „desfac" sau mai degrabă să relaxez felul în care „ţineam" lumea şi, în cazul respectiv, partenerii. Nu am înţeles imediat mesajul şi am fost sancţionat prin acest handicap, pe care îl consideram injust, împotriva căruia mă revoltam.

Timp de doi ani, mi-am bandajat încheieturile înainte de cursuri, iar în practica profesională a trebuit să lucrez ţinând cont de durerea care mă obliga, prin forţă, să-mi schimb atitudinea şi modul de a lucra. Într-o zi, la capătul acestei perioade, am înţeles cât din relaţia mea cu lumea fusese mentalizată şi cât voluntară. Începând din ziua aceea, nu am mai avut probleme cu încheieturile, cu toate că lucram intens, de dimineaţa până seara (seminarii, stagii, consultaţii, masaje etc.).

• ***Mâna***

Ea este, la fel ca şi laba piciorului pentru gambă, partea cea mai importantă a braţului, fiind, de fapt, extremitatea acestui membru superior pe care se bazează orice acţiune a cărei realizare finală nu ar fi posibilă altfel. Mâna reprezintă numai etapa finală în care actele se realizează, care finisează şi conferă fineţe. Cuvântul „mână" are, de altfel, aceeaşi origine ca şi cuvintele „manifestaţie, manifestat". Mâna reprezintă într-un asemenea grad trecerea de la conceptual la real, de la idee la realitate, încât ne foloseşte chiar şi pentru „a vorbi", a comunica, lucru valabil nu numai pentru persoanele mute, ci şi în numeroase culturi. Gestica mâinilor este, de altfel, de multe ori mai puternică şi mai marcantă decât cuvintele. S-a putut demonstra, prin numeroase studii, importanţa gestului în cadrul a ceea ce numim comunicare nonverbală. Acest tip de comunicare este primul pe care îl cunoaştem şi îl practicăm în viaţă. În sfârşit, relaţia dintre mamă şi copil, schimburile de recunoştinţă şi semnele de afecţiune se fac prin atingere şi cu ajutorul mâinii, aceasta fiind deci un vector de transmitere şi de comunicare. Ea ne permite să dăm şi să primim. Poate, de asemenea, să pipăie şi să simtă şi chiar ajunge până la a înlocui ochiul. Este deci, în egală măsură, un vector de percepţie. Prin mâini sesizăm sau transmitem energii. Aşezarea mâinilor deasupra cuiva capătă o semnificaţie religioasă, terapeutică, pacificatoare. Palma şi degetele sunt elementele emiţătoare şi captatoare ale energiilor noastre, în fiecare dintre ele începând sau terminându-se, de altfel, un meridian de acupunctură. Acesta determină, prin tipul de energie pe care îl vehiculează, rolul degetului de care este legat. Vom vedea mai departe ce se întâmplă cu fiecare deget.

Dar, în calitate de suport final al acţiunii, mâna reprezintă vectorul de putere şi un simbol al forţei. În numeroase culturi, ea înseamnă puterea regală, chiar divină (a fi în mâna lui Dumnezeu). Mâna ne permite să apucăm, să ţinem, să strângem, să încătuşăm sau să sfărâmăm. Modul în care

strângem mâna cuiva este, de altfel, foarte semnificativ, redând gradul de importanţă pe care îl acordăm relaţiei cu persoana pe care o salutăm. Cei care abandonează voinţa de putere asupra altuia îşi dau mâna. Astfel, găsim pentru mână cea mai mare parte a rolurilor, simbolice sau nu, care corespund braţului. Diferenţa rezultă din faptul că mâna acţionează în momentul final, în timp ce braţul transmite. Putem compara simbolic braţul întreg cu o săgeată. Mâna este vârful, în timp ce braţul este coada. Mişcarea săgeţii este transmisă prin coadă (braţ), dar mâna este vârful care asigură străpungerea ţintei.

Suferinţele mâinii

Ele ne vorbesc despre raportul nostru cu acţiunea manifestată asupra lumii exterioare. Dacă resimţim tensiuni, dureri, suferinţe la nivelul acestor membre, înseamnă că raportul nostru cu lumea exterioară este unul de stăpânire, de putere, de posesiune sau de aviditate. Vrem prea mult să ţinem, să strângem, să stăpânim lucrurile sau indivizii, şi o facem fie din dorinţa de dominare, fie din frică. Mâna care se închide este cea care reţine, căreia îi e teamă că lucrurile îi scapă sau care se apără ori atacă şi vrea să lovească (pumn închis).

Totuşi, aşa cum le explic uneori anumitor pacienţi, viaţa şi tot ceea ce se întâmplă pot fi simbolizate printr-un pumn de nisip. Dacă vrem să-l avem şi să-l păstrăm, trebuie să ţinem mâna deschisă, căci, dacă o închidem pentru a strânge nisipul, pentru a-l reţine, a-l păstra, ne scapă prin toate interstiţiile.

Mâna paşnică sau care primeşte este mereu deschisă, în timp ce mâna care luptă, care strigă răzbunare sau care ameninţă este mereu închisă. Mâinile şi încheieturile sunt foarte legate şi suferinţele lor, adesea comune, arată o dificultate majoră în a ceda în faţa lumii, voinţei, stăpânirii, posesiei sau puterii asupra acestei lumi.

Aici mă gândesc în special la cazul lui Dominique. Această femeie de vreo 40 de ani era atinsă de o formă

deosebită de reumatism, cunoscută sub numele de poliartrită evolutivă. Generoasă şi pasionată, ea are un raport de putere inconştientă foarte dezvoltat cu lumea. În luptă permanentă cu viaţa şi cu oamenii, domină şi conduce, fără a-şi da seama, tot ceea ce există în jurul ei. Generozitatea ei naturală o ajută şi face ca aceia care o înconjoară să se acomodeze, fiecare în felul lui, cu această atitudine caracterială. Dominique şi-a ales un soţ care impune, puternic ca aspect exterior, musculos, dar fragil în relaţia cu acţiunea şi cu voinţa. Aşa că s-a văzut „obligată" să acţioneze, să facă, să conducă, să aibă voinţă şi pentru el, deoarece, crede ea, „el nu este capabil de asta". Totuşi, în adâncul fiinţei sale, femeia nu trăieşte această relaţie de putere aşa cum ar trebui, ceea ce determină declanşarea reumatismului cu o formă deosebită la cele două încheieturi, apoi la cele două mâini. Consider acest reumatism deosebit deoarece este, în primul rând, evolutiv, iar noi nu ştim să îl oprim (nu putem avea putere asupra lui). În plus, este o afecţiune „autoimună", adică o afecţiune în care organismul se distruge pe el însuşi, căci nu mai recunoaşte unele dintre propriile sale celule, percepându-le ca „inamice". De ce organismul lui Dominique presupune că celulele încheieturilor şi mâinilor ei sunt duşmani? Oare folosirea lor pervertită spre putere ar face aceste părţi ale corpului atât de dăunătoare încât să-i permită femeii comportamente la fel de dăunătoare pentru viaţa, stabilitatea, fericirea şi realizarea Drumului ei de Viaţă? Oare acest mod de a le folosi ar fi vătămător în realizarea Legendei Personale? Pacienta mea deţine, cred, toate elementele ca să mediteze la aceste lucruri, de preferinţă repede, deoarece şi alte părţi ale corpului ei încep să fie serios atinse, încheieturile şi mâinile ei fiind operate deja de mai multe ori.

• ***Degetele***

Reprezintă terminaţiile „fine" ale mâinilor. Ele sunt „detaliile" lor şi, în consecinţă, terminaţiile actelor noastre, detaliile acţiunilor noastre sau ale modurilor noastre de a acţiona.

Fiecare reprezintă, la rândul său, un amănunt special, un fel sau o etapă specifică pe care le decodăm cu ajutorul unui meridian energetic ce se termină sau începe în degetul la care urmează să ne referim. În calitate de element periferic şi de finisare a acţiunii, degetul îi permite uşor individului să se folosească de el ca mijloc de *feedback*, de retroacţiune. Mulţumită degetelor şi punctelor energetice care se găsesc la extremitatea lor, putem stimula sau evacua inconştient, dar eficace, eventualele tensiuni care se ascund acolo. Ele sunt, din această cauză, în acelaşi timp, locuri şi mijloace privilegiate ale multiplelor mici acte „ratate" cotidiene, care ni se par hazardante şi fără semnificaţie. Dar niciodată nu ne tăiem, nu înţepenim, nu ne ardem, nu ne sfărâmăm sau răsucim din întâmplare cutare sau cutare deget de la mână. Este vorba, de fiecare dată, de un proces „uşor", dar evident de căutare a unei exprimări sau/şi de evacuare a unei tensiuni. Acest proces poate să funcţioneze, căci punctul energetic aflat la extremitatea fiecăruia dintre degete reprezintă aici „punctul sursă" sau „punctul Primăverii". Este punctul renaşterii potenţiale a energiei, mulţumită căreia o nouă dinamică poate să apară sau prin care cea veche poate să se „revigoreze" şi să-şi schimbe polaritatea.

Suferinţele degetelor

Vă voi prezenta, pe scurt, semnificaţia globală a fiecărui deget şi suferinţele pe care le manifestă. Pentru a înţelege mai în detaliu toată dinamica fenomenului despre care vorbim, este suficient să facem referire, în lucrarea de faţă, la meridianul energetic precis care ajunge în deget, căruia îi imprimă dinamica sa generală. Dacă tensiunea se manifestă într-un deget al mâinii drepte, ea se află în relaţie cu simbolistica Yin (maternă), iar dacă se manifestă într-un deget al mâinii stângi, cu simbolistica Yang (paternă).

Degetul mare

Degetul mare este cel în care se termină meridianul Plămânului. Este degetul protecţiei, al apărării şi al reactivităţii faţă

de lumea exterioară. Copiii din toate ţările lumii o ştiu foarte bine atunci când spun „Stop!" sau „Gata, nu mă mai joc!"* ori când încep să-şi sugă degetul când au nevoie să se „liniştească". Faptul că, în zilele noastre, din ce în ce mai mulţi copii nu îşi mai sug degetul mare, ci din ce în ce mai frecvent, degetul mijlociu şi inelarul este foarte semnificativ pentru lipsa de repere şi nevoia profundă de securitate pe care o simt. Degetul mare reprezintă securitatea exterioară, apărarea, în timp ce mijlociul şi inelarul reprezintă căutarea securităţii nu prin apărare, ci prin unitate. Această nevoie de unitate interioară şi exterioară (el însuşi şi familia) este asociată cu o căutare a puterii, a acţiunii asupra lumii exterioare.

În al doilea rând, degetul mare poate fi, de asemenea, degetul care reprezintă tristeţea sau înfrângerea. În toate cazurile, traumatismele (răni, tăieturi, entorse, arsuri etc.) sau patologiile acestuia (reumatism, artroze) sunt în relaţie cu noţiuni care definesc nevoia de protecţie şi de apărare faţă de o agresiune a lumii imaginare sau reale faţă de trăirea sentimentului de înfrângere sau de tristeţe.

Arătătorul

Este degetul în care începe meridianul Intestinului gros, degetul protecţiei, în sensul evacuării lucrurilor, chiar al expulzării lor spre exterior, ceea ce îl face să fie degetul cererii, al autorităţii, al acuzaţiei, chiar al ameninţării. El ordonă, dirijează şi indică direcţia care ameninţă. Tensiunile şi suferinţele manifestate sunt în raport cu nevoia de a evacua ceva în sensul de a nu-l păstra în sine. Acest lucru este resimţit ca „neacceptabil", ca trebuind să fie eliminat, mergând, eventual, până la sensul cel mai larg al cuvântului „eliminat" (ameninţare).

Este vorba deci, în cea mai mare parte a timpului, de a evacua, pur şi simplu, o trăire care nu ne-a convenit. Suferinţele arătătorului pot exprima totuşi o tendinţă excesivă

* În franceză, „Pouce, j'arrête" sau „Pouce, je ne suis plus", *pouce* însemnând deget mare (n.trad.).

spre directivitate sau autoritarism, nevoită să se evacueze din pricina excesului manifestat.

Mijlociul

Acesta este degetul structurii interioare, al guvernării interioare a lucrurilor şi, de asemenea, al sexualităţii („puterea" asupra altora care induce plăcere), fiind şi locul în care se termină meridianul Stăpânului Inimii. El reprezintă deci satisfacţia trăirii şi a acţiunii pe care o exercităm asupra lumii. Tensiunile manifestate la acest nivel ne vorbesc despre insatisfacţia pe care o avem privind modul în care se petrec lucrurile sau felul în care le administrăm în viaţa noastră.

Inelarul

Este degetul unirii lucrurilor, al coeziunii lor şi al asimilării acestora înlăuntrul nostru. El poartă inelul căsătoriei sau al unirii, indiferent care ar fi forma ei. Tot din acest punct începe meridianul Trei focare. Traumatismele sau patologiile sale ne vorbesc despre dificultatea pe care o avem în a „uni", a unifica lucrurile în noi sau în jurul nostru. Ele ne spun că putem întâmpina dificultăţi în crearea unei coerenţe între toate părţile noastre şi propria viaţă, în dorinţa de a-i da un sens.

Degetul mic

La nivelul său, se întâlnesc două meridiane: cel al Inimii (care se termină acolo) şi cel al Intestinului subţire (care începe din acel loc). Este degetul fineţii, al elaboratului, dar şi al emoţionalului, al superficialului, al aparenţei, chiar al pretenţiei, putem spune. Este „degeţelul" pe care îl ridicăm atunci când dorim, de exemplu, să bem o cană cu ceai cu fasoane şi să dăm eleganţă gestului. Tensiunile resimţite în acest loc reprezintă nevoia de a exterioriza fie o tensiune de ordin emoţional, fie o tendinţă spre superficialitate sau spre subiectivitate. Ele semnifică faptul că suntem mult prea prinşi în rolul pe care îl jucăm sau ne prefacem că îl jucăm şi prea puţin în natural, în fiinţă.

• ***Braţul (biceps şi humerus)***

El se situează între umăr şi cot. Am văzut înainte, în detaliu, ce reprezintă cele două articulaţii. Să ne amintim, pe scurt, că umărul şi omoplatul sunt imaginea Nonconştientului faţă de acţiune. Ele reprezintă trecerea dincolo de poarta Nonconştientului, pe care eu o numesc poarta Integrării, punctul de emergenţă, resurgenţa Nonconştientului nostru în raport cu acţiunea asupra lumii şi a fiinţelor (printre care ne numărăm şi noi).

Cât despre cot, el este poarta, bariera Acceptării. Braţul, constituit în jurul humerusului, se află între cele două articulaţii, legându-le. El reprezintă deci proiecţia etapei de trecere a voinţelor sau a dorinţelor de acţiune, a Nonconştientului spre Conştient. Ne aflăm astfel în procesul de Condensare, în momentul care precede Acceptarea conştientă. Dar poate fi vorba, de asemenea, de trecerea Conştientului spre Nonconştient şi atunci suntem în procesul de Eliberare, în momentul care urmează Acceptarea lor conştientă şi care precede nonconştiinţa (a se vedea schema de la pagina 150).

Suferinţele braţelor

Tensiunile resimţite în braţe (puncte dureroase, crampe, nevralgii etc.) sunt manifestări ale obstacolelor pe care o persoană le întâmpină în a alege. Memoriile sau rănile inconştiente profunde ale unui individ în raport cu capacitatea sa de acţiune, care urcă la suprafaţă şi pe care acesta refuză să le accepte, se vor manifesta prin suferinţe în braţe, chiar fracturi ale humerusului, atunci când amintirile, memoriile care apar la suprafaţă sunt prea puternice sau tulbură prea tare structura (osul) credinţelor personale sau a alegerilor de viaţă ale omului. Eşecul personal, imposibilitatea de a realiza ceva pe plan profesional sau familial, frica de acţiune sau de consecinţa ei vor alege – dacă este nevoie – să se exprime prin dureri sau traumatisme la nivelul braţelor.

Poate fi vorba de trăiri şi experienţe ale acţiunilor pe care individul le-a acceptat în Conştientul său, în mental, dar

pe care nu poate sau nu este încă gata să le accepte înlăuntrul său. Acesta poate fi cazul unui om care a trebuit să cedeze în privinţa a „ceva" considerat ca fiind important pentru el (proiect, realizare tehnică, promovare etc.), pe care l-a înţeles şi cu care a fost de acord, interiorul său cel mai profund neacceptându-l totuşi. În pofida tuturor raţiunilor logice care i-au permis să înţeleagă, el refuză să le integreze. Dacă durerea sau traumatismul se situează în humerus, înseamnă că tensiunea este legată de structura profundă, de credinţele şi valorile inconştiente ale persoanei faţă de actele sale. Dacă, în schimb, acestea se manifestă în braţ, muşchi, suntem în prezenţa unei manifestări mai puţin „grave", mai puţin ancorate în structură.

Atunci când tensiunea, durerea sau fractura se găseşte la braţul drept, este vorba despre ceva care se află în relaţie cu Yin, simbolistica maternă, şi cu toate reprezentările sale. Dacă, din contră, tensiunea, durerea sau fractura are loc la braţul stâng, este vorba de ceva aflat în relaţie cu Yang, simbolistica paternă, cu toate reprezentările sale. Voi relua aici exemplul lui Hervé, pe care l-am citat în paginile precedente, în paragraful consacrat cotului (a se vedea pagina 136). Tensiunea profesională pe care o trăia se exprima în mod clar în braţe, umeri şi coate. În mod vădit, se gândea că nu putea să acţioneze sau că lucrurile nu se petreceau aşa cum voia din cauza lumii exterioare (umeri). În acelaşi timp, ştia şi înţelegea inconştient motivele (braţe), dar avea dificultăţi în acceptarea sau admiterea lor, chiar în a le recunoaşte pur şi simplu (coate), pentru că, fără îndoială, găsea situaţia injustă sau injustificabilă în privinţa lui. Ea nu putea fi, în mod conştient, admisă, iar energia rămânea blocată în zona coatelor.

• ***Antebraţul, cubitusul şi radiusul***

Ele se situează între cot şi încheietură. Am văzut înainte că bariera Acceptării este reprezentată de cot, iar bariera Implicării se află la nivelul încheieturii mâinii în sensul Alegerii

(şi nu al Deciziei, ca în cazul gleznei). Antebraţul constituie prima etapă de trecere a dorinţelor de acţiune în lumea realizărilor. Atunci când vrem să facem (sau se întâmplă) ceva care vizează memoriile noastre profunde (Nonconştientul) şi pe care noi îl acceptăm (cot), trebuie să alegem şi să facem ceea ce ne va permite să-l realizăm. Dacă acest lucru este dificil pentru că întâmpinăm, de exemplu, obstacole în stabilirea mijloacelor prin care să realizăm ceea ce dorim, vom dezvolta tensiuni, suferinţe, crampe în antebraţe, în general, chiar aproape de încheieturi, fracturi la cubitus şi/sau radius. Este locul din corp care precede sau urmează mâna şi încheietura, conform sensului de circulaţie a energiilor pe care le alegem (Condensare sau Eliberare). Deci poate fi vorba de etapa de trecere a lucrurilor din Nonconştient spre Conştient (sensul de la cot spre mână). Atunci, ne aflăm în procesul de Condensare, în momentul care urmează Acceptării conştiente şi precede trecerea în real (încheietură, mână), prin „a face". Dar poate fi vorba, de asemenea, de trecerea Conştientului spre Nonconştient (sensul fiind de la mână spre cot). În acest caz, ne aflăm în procesul Eliberării, în momentul care precede Acceptarea nonconştientă şi care vine după trecerea în real.

Suferinţe la antebraţ, cubitus şi radius

Acestea ne vorbesc despre dificultatea de a accepta acţiunile sau alegerile spre care trăirea noastră ne îndreaptă determinându-ne să le întâlnim sau să le comitem în timpul vieţii. Dificultatea de a alege sau de a ne oferi noi mijloace de a acţiona, diferite de modul obişnuit sau de certitudine, poate să se manifeste printr-o durere în această regiune a braţului, chiar să se ajungă la fractură. Ea se produce atunci când tensiunea este prea puternică şi blocajele noastre faţă de acţiune sau de alegere sunt atât de ancorate şi rigide, ca să nu spun fosilizate, încât nu pot admite „torsiunea" (obligaţia de schimbare) impusă de exterior. Atunci, cubitusul sau radiusul, chiar ambele, „cedează". Chiar şi simpla rigiditate a antebraţelor înseamnă deja că ne este greu să ne

„mişcăm", să dăm încheieturii şi mâinii posibilitatea să-şi joace rolul de organe mobile, de potenţial de schimbare a lumii sau a tipului de acţiune în viaţă.

Dacă tensiunea se manifestă în antebraţul stâng, se află în relaţie cu dinamica Yang (tatăl), iar atunci când se manifestă în antebraţul drept, se găseşte în raport cu dinamica Yin (mama).

• ***Ceafa***

Este partea care se situează între cap şi restul corpului, făcând joncţiunea între creier şi „executanţii" săi, care sunt braţele şi picioarele. Plecând de la plexul cervical aflat la baza sa, toate dorinţele şi deciziile de acţiune sau de relaţie vor fi trimise în direcţia organului sau a membrului cel mai adaptat pentru realizarea lor. Ceafa este deci locul în care dorinţele sau voinţele încă nu au ieşit la suprafaţă, nu au început să apară şi nu au anclanşat începutul gestului fizic, încă nu au fost puse în raport cu exteriorul. Ceafa reprezintă, din această cauză, punctul de trecere a conceptualului (creier, idei, concepte, dorinţe, voinţă, intenţii etc.) spre real (acţiune, realizare, relaţie, expresie etc.).

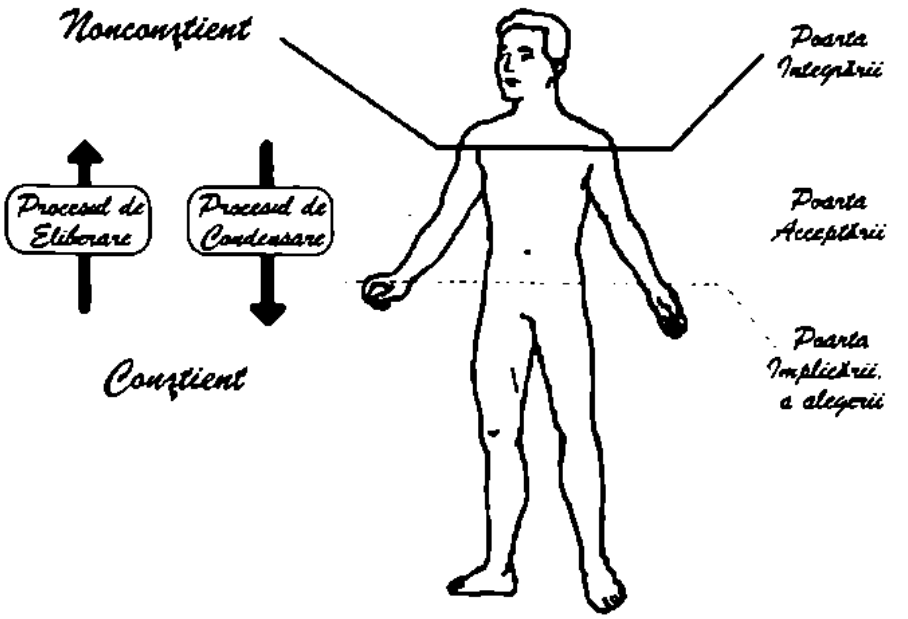
Suferinţele cefei

Tensiunile, suferinţele sau blocajul cefei exprimă dificultatea sau incapacitatea noastră de a face trecerea în real a poftelor, ideilor, conceptelor, dorinţelor etc. Totuşi, spre deosebire de tensiunea umerilor, care înseamnă, în mod general, acelaşi lucru, în privinţa cefei suntem în stadiul în care lucrurile nu au ajuns „la poarta" trecerii la acţiune, ceea ce înseamnă că nu putem să le facem să treacă în real, *deoarece ne gândim că nu suntem capabili*. Incapacitatea ni se datorează, în schimb, blocajul umerilor vine de la alţii, din lumea exterioară. Iradiaţia suferinţei spre unul dintre umeri, care poate exista simultan, ne va da indicaţia suplimentară a simbolisticii Yin sau Yang, a cărei imagine interioară ne determină să gândim că nu suntem capabili.

Cazul cel mai clasic şi cel mai simplu la care mă gândesc aici este cel al torticolisului. Această tensiune a cefei are un efect fizic direct, care ne împiedică, uneori într-un fel foarte dureros, să întoarcem capul spre dreapta sau spre stânga. Or, care este semnificaţia universală a gestului de a întoarce capul spre dreapta sau spre stânga? În toate culturile lumii, această mişcare vrea să spună „nu". Este semnul dezacordului, al refuzului, al neacceptării a ceea ce se întâmplă sau a ceea ce spune sau face celălalt. Torticolisul ne împiedică să facem gestul respectiv, ceea ce se traduce prin incapacitatea noastră de a spune „nu" unei persoane sau unei situaţii. Credem că nu avem dreptul, posibilitatea sau capacitatea de a o face. Exemplul acesta îmi aminteşte cazul lui Bernard, cadru superior într-o foarte mare întreprindere franceză, care asista la unul dintre seminarele mele despre dinamica relaţiilor. Omul avea, de trei zile, un torticolis extrem de handicapant. L-am întrebat atunci dacă trăia o situaţie faţă de care voia să spună „nu", ceea ce nu făcea totuşi, deoarece se gândea că nu putea sau nu avea dreptul. Mai întâi a fost derutat, apoi, după ce s-a gândit totuşi câteva clipe, a recunoscut, spre propria stupefacţie, că trăia efectiv o situaţie profesională de acest tip. Directorul general al grupului, în care el era unul dintre principalii reprezentanţi regionali, avea mania, la care ţinea foarte mult, de a organiza reuniuni grandioase pentru cadrele sale, botezate de Bernard „mari liturghii". Reuniunile, care durau între una şi trei zile, nu aduceau, după părerea lui, mare lucru şi îl făceau să piardă timpul atunci când, practic, avea multe de realizat „pe teren". Totuşi, îi era imposibil să refuze, spunea pacientul meu, căci risca să nu mai „placă" şi refuzul lui să fie prost primit. Or, tocmai aflase, cu trei zile înainte de seminar, că o nouă „liturghie" trebuia să aibă loc luna următoare, perioadă în care el era ocupat, în mod normal, cu magazinele din provincie de care răspundea. Vestea o auzise luni seara, iar marţi dimineaţa se trezise cu un torticolis care îl afecta încă joi, în timpul seminarului. Atunci, a decis

să se gândească la felul în care ar putea să-şi exprime dezacordul în faţa şefilor săi sau altminteri să accepte aceste „mari liturghii".

Ne putem imagina şi rezuma marile axe ale părţii de „sus" a corpului nostru, braţele, umerii şi ceafa, în schema care urmează. Ea ne permite să observăm, pur şi simplu, ce se întâmplă şi, mai ales, cum.



Simbolistica membrelor superioare

De fiecare dată când simţim tensiuni în partea superioară a corpului, primim semnale referitoare la felul în care ne raportăm la acţiune (dorinţă, voinţă, imposibilitate, incapacitate, frică) sau la puterea asupra lucrurilor şi fiinţelor, trăim astfel o tensiune echivalentă, legată fie de incapacitatea noastră presupusă (ceafă), fie de o incapacitate venită din exterior (umeri). Ne aflăm în faţa a ceva pe care noi nu putem, nu ştim sau nu ajungem să-l *facem*.

➢ Trunchiul

Este partea centrală a corpului de care sunt prinse membrele, care îi permit să se deplaseze şi să acţioneze. Este, de asemenea, partea unde se găsesc toate organele care asigură „intendenţa". Trunchiul reprezintă casa individului şi în el se găsesc toate organele „funcţionale", organul „decizional" fiind plasat deasupra lui. El constituie axa corpului, centrala motrice care produce şi distribuie energie. Aici se realizează alchimia umană. Ca şi trunchiul unui arbore, el este partea cea mai impozantă, dar, în acelaşi timp, cea mai puţin mobilă şi flexibilă. El conţine deci toate organele funcţionale şi coloana vertebrală şi prin organe se exprimă şi permite, eventual, tensiunilor să se manifeste.

Vom evoca rolul fiecărui organ şi legătura cu reprezentarea lor psihologică.

CE FUNCŢII ÎNDEPLINESC DIFERITELE NOASTRE ORGANE?

Definiţia din *Petit Larousse* pentru cuvântul organ este „Parte a unui corp viu care îndeplineşte o funcţie proprie".

Corpul uman conţine un anumit număr de organe care îi permit să funcţioneze, să trăiască, care asigură ceea ce eu numesc (fără nicio conotaţie peiorativă) „intendenţa". Aceste organe au funcţii bine definite şi se integrează într-un ansamblu, într-un lanţ ale cărui verigi sunt. Le găsim grupate în sisteme în jurul funcţiei globale, participând la realizarea acesteia. Ele sunt sistemul digestiv, sistemul respirator, sistemul urinar, sistemul circulator, sistemul nervos şi sistemul reproducător.

Vom vedea mai întâi rolul pe care îl îndeplineşte fiecare, pentru ca apoi să facem o analiză detaliată a organelor nu dintr-o perspectivă medicală, căci nu acesta este scopul nostru, ci prin exprimarea, pur şi simplu, a funcţiei îndeplinite şi prin prezentarea semnificaţiei suferinţelor care le vatămă.

Totuşi, pentru a înţelege mai bine fiecare organ în parte, va fi necesar să-l raportăm la reprezentarea sa energetică, la

meridianul şi principiul care îl guvernează. Astfel, vom putea lega organul respectiv de mediul său psihoenergetic.

➢ Sistemul digestiv

El ne permite să digerăm alimentele solide şi lichide pe care le consumăm. Mulţumită lui, putem asimila hrana materială pe care ne-o oferă pământul şi pe care gastronomia o „elaborează" pentru plăcerea noastră. Cu ajutorul unei alchimii extrem de elaborate, sistemul digestiv transformă alimentele, făcându-le utilizabile, acceptabile pentru organismul nostru, aducându-le sub forma unuia dintre elementele esenţiale ale carburantului final.

Sistemul digestiv este format din cele mai multe organe. Avem ocazia să aflăm până la ce punct această alchimie este elaborată şi se explică prin faptul că alimentele „solide" sunt o formă de energie „grea", densă, cu o prelucrare complexă şi care necesită, din acest motiv, operaţii şi niveluri multiple de transformare. De aceea, înainte de a putea intra în sânge, substanţele nutritive tranzitează, mai întâi, un anumit număr de receptacule şi primesc un anumit număr de aditivi (stomacul nostru va merge până la producerea de acid clorhidric), care le vor dizolva. Sistemul digestiv este compus din gură, esofag, stomac, ficat, vezică biliară, splină, pancreas, intestinul subţire şi intestinul gros. Asupra gurii, care are un rol şi o semnificaţie speciale, voi reveni în mod deosebit la pagina 187.

Suferinţele sistemului digestiv

Ele ne vorbesc despre dificultăţile noastre de a înghiţi, a digera şi a asimila ceea ce se petrece în viaţa noastră. „Nu am putut să înghit ce mi-a spus." „Nu am digerat prea bine ce ai făcut." „Mi-a rămas în gât." Acestea sunt tot atâtea expresii populare pe care le spunem pur şi simplu. În funcţie de organul digestiv la care ne referim, ne putem da seama cu precizie de tensiunile resimţite sau de dificultatea de a digera o anume experienţă. Ne vom opri, cât mai în detaliu, asupra fiecăruia.

• ***Stomacul***

Este organul care primeşte, în primul rând prin esofag, alimentele brute care tocmai au fost „preparate" prin masticarea cu ajutorul gurii. Este deci primul receptacul al hranei materiale, responsabil de partea cea mai mare a „operei", care joacă, într-un fel, rolul unei „betoniere". El amestecă, frământă şi, de asemenea, dizolvă cu ajutorul acidului clorhidric alimentele ingerate, pregătindu-le astfel pentru procesul de asimilare. Stomacul este deci organul care răspunde de partea „materială" a digestiei, care dă cu adevărat „o mână de ajutor", care trebuie să-şi asume responsabilitatea şi să stăpânească materia alimentară.

Suferinţele stomacului

Ele ne vorbesc despre dificultatea sau despre tensiunile pe care le întâlnim în stăpânirea sau gestionarea lumii materiale. Dificultăţile financiare sau profesionale, şcolare sau judiciare se vor exprima în acest fel, în cazul în care ne provoacă îngrijorări reale sau imaginare. Din pricina rolului de „malaxor" al alimentelor, stomacul care ne face să suferim mai poate să însemne că, de obicei, avem tendinţa de a rumega, de a repeta într-una, excesiv chiar, în mintea noastră, lucrurile şi evenimentele. Atunci intervine aciditatea gastrică, care ne poate spune să ne oprim.

Voi aduce ca exemplu numărul foarte mare de cazuri de ulcer care apare adesea din pricina dificultăţilor profesionale, ulcerul fiind mult timp „boala preferată" a oamenilor de afaceri.

Numărul bolnavilor de ulcer a scăzut în zilele noastre, căci acum ştim cum să facem stomacul să „tacă".

Numeroşi studenţi care au resimţit crampe sau acreală de la stomac înainte de examene recunosc în ele semnul neliniştii lor.

Acreala, aciditatea gastrică, ulcerul sau cancerul sunt tot atâtea manifestări cu intensitate progresivă care exprimă dificultatea de a digera ceea ce trăim, şocurile vieţii sau

situaţiile care nu ne satisfac. **Voma** este semnul suplimentar al respingerii pur şi simplu, al refuzului.

• ***Splina şi pancreasul***

Aceste două organe participă atât la actul digestiei (pancreas), prin secreţii pe care le deversează în intestinul subţire, cât şi la compoziţia sângelui (splină), prin fabricarea şi stocarea globulelor roşii şi albe.

Pancreasul guvernează, prin insulina pe care o fabrică, procentul de zahăr pe care îl avem în sânge şi, prin sucul pancreatic, participă activ la digerarea alimentelor preparate de stomac. Ne aflăm în Principiul Energetic al Pământului cu organe „care o duc din greu şi sunt muncitoare", în principal mobilizate de sarcina digestivă, executante „serioase şi rezonabile".

Suferinţele splinei şi pancreasului

Problemele acestor organe înseamnă că avem tendinţa de a trece prin viaţă într-un mod prea rezonabil, adică lăsând prea puţin loc plăcerilor şi bucuriei. Pentru noi, datoria este importantă, profesionalul şi materialul fiind lucruri esenţiale. Dar, atunci, viaţa ajunge să fie lipsită de „dulceaţa" de care toţi avem nevoie. Grijile materiale interiorizate şi angoasele obsesionale, frica de a lipsi sau de a nu şti, de a nu fi la înălţime sunt semnele exprimate prin probleme pancreatice sau ale splinei. Tendinţa de a trăi în trecut din teama de a nu gestiona prezentul sau cultivarea memoriilor trecutului se poate manifesta prin tensiuni sau boli ale acestor organe. Nevoia de a corespunde normelor, de a respecta regulile, chiar de a depinde de acestea poate fi exprimată prin dezechilibre ale splinei şi pancreasului. Fenomenul se regăseşte la nivelul energetic, căci este vorba de energia meridianului Splină-Pancreas, care are, printre altele, responsabilitatea menstruaţiei şi a manifestării sale ciclice. Această nevoie se regăseşte şi în cazul diabetului, deoarece persoanele care au un asemenea dezechilibru trebuie să fie foarte vigilente în privinţa „regularităţii" vieţii lor. Orele de

masă şi toate obiceiurile de viaţă trebuie să fie „reglate" perfect şi respectate în modul cel mai scrupulos posibil, cu riscul de a declanşa o indispoziţie.

Dezechilibrele pancreatice pot lua două forme, **hipoglicemia** (lipsa zahărului din sânge) şi **hiperglicemia** sau **diabetul** (excesul de zahăr din sânge). Ce reprezintă zahărul în viaţa noastră? El este dulceaţa, politeţea şi, prin extensie, devine o dovadă de dragoste sau de recunoştinţă. În toate culturile lumii există recompensa, cadoul pe care îl oferim copiilor atunci când sunt cuminţi (respectă regulile), când au note bune la şcoală (răspund normelor) sau, pur şi simplu, atunci când dorim să le facem o plăcere. Acest cadou este adesea „maternal".

Prezenţa excesivă a zahărului în sânge arată că avem dificultăţi în guvernarea, trăirea sau obţinerea „dulceţii" în viaţa noastră. Diabetul înseamnă, în cele mai multe cazuri, că persoana a avut un tată excesiv, uneori chiar injust, de autoritar (exces de reguli şi de norme) şi că a găsit un „refugiu" în „dulceaţa" protectoare a mamei. Hrana (mama) devine astfel un paliativ, iar diabetul, concluzia logică a unei luări în greutate progresive, dar sigure.

Anumite şocuri psihice puternice, în timpul cărora individul este confruntat cu distrugerea brutală a securităţii sau a credinţelor afective, pot fi exprimate prin apariţia unui diabet. Mă gândesc, în mod deosebit, la o tânără femeie care venise să mă consulte, căci dorea să aibă un copil, dar, din cauza diabetului, acest lucru nu se întâmpla. Analiza situaţiei ei ne-a permis să ne întoarcem în timp până la o dramă pe care o trăise în copilărie, la vârsta de şapte ani. Într-o zi, mergea pe marginea unui drum împreună cu sora ei. O maşină, care venea din sens invers, şi-a deviat direcţia şi a lovit-o violent pe mica ei însoţitoare. Cu o groază fără margini, şi-a văzut sora, pe care o adora, murind chiar sub ochii ei şi, timp de mai multe săptămâni, nu a mai vorbit şi nici nu şi-a mai putut exprima suferinţa în faţa pierderii a tot ce-i era mai drag şi care, până în acel moment, îi umpluse viaţa de tandreţe. Şase

luni mai târziu, au apărut primele semne de diabet. După trei şedinţe de lucru asupra acestor memorii emoţionale şi a energiilor corespunzătoare, procentul de zahăr din sânge a început să scadă lent, dar progresiv. Am sfătuit-o să consulte, în paralel, un prieten de-al meu, medic homeopat, cu scopul de a primi din partea lui o asistenţă medicală „inteligentă", adică destinată stimulării funcţiilor pancreatice şi nu înlocuirii lor. Dar uitam să vă spun lucrul cel mai important: tânăra femeie a născut, în urmă cu câteva luni, o fetiţă.

Hipoglicemia (insuficienţa de zahăr), în schimb, ne vorbeşte despre o suferinţă inversă, legată de incapacitatea, de dificultatea de a primi, de a accepta sau de a gândi că avem dreptul la tandreţe. Este cazul frecvent al copiilor nedoriţi de mamă şi/sau al căror tată a fost „absent". Inexistenţa refugiului matern produce împreună cu hrana un amalgam negativ, pe care nu îl iubim, chiar nu îl acceptăm (**anorexie**) sau pe care îl asimilăm numai din necesitate, făcând acest lucru fără plăcere şi fără tandreţe, cu minimum de „zahăr". Căutarea normelor sau a regulilor absente dă un fizic colţuros şi emaciat, unde rotunjimile (tandreţea) sunt absente.

• ***Ficatul***

Este un organ extrem de elaborat şi polivalent, fiind şi cel mai mare din corpul uman. De fapt, el joacă un rol esenţial în digestie prin secreţia bilei, dar asigură şi altă activitate foarte importantă: filtrarea sângelui. Astfel, ficatul participă la compoziţia sângelui şi la calitatea lui atât la nivel nutritiv, cât şi la nivel imunitar (apărare, cicatrizare, stocare etc.), fiind responsabil inclusiv de „textura", compoziţia, nivelul vibratoriu şi „coloraţia" lui. Dublul său rol se materializează prin faptul că este alimentat cu sânge atât prin artera hepatică, care îl hrăneşte cu oxigen, cât şi prin vena portă, care transportă spre el nutrimentele asimilate de intestinul subţire. Cele două canale se întâlnesc în ficat şi se „unesc" în vena cavă inferioară. Aceasta transportă apoi sângele îmbogăţit cu nutrimente şi alte globule, care este redistribuit, la rândul lui,

în tot corpul cu ajutorul inimii şi, după ce s-a îmbogăţit cu oxigen, mulţumită plămânilor.

Suferinţele ficatului

Problemele hepatice semnalează şi ele că ne este greu să „digerăm" ceva în viaţă, dar cu o nuanţă mai fină decât stomacul. Emoţia principală asociată cu ficatul este mânia. Tensiunile sau suferinţele acestui organ vor să spună că modul nostru, obişnuit şi excesiv, de reacţie în faţa solicitărilor vieţii este mânia. De fiecare dată când ne „reglăm" problemele cu lumea exterioară urlând sau enervându-ne peste măsură, ne mobilizăm toate forţele ficatului în această direcţie, privându-l astfel de fiecare dată de o mare parte din energia necesară funcţionării sale. Organul se va manifesta jucându-şi cât mai corect rolul în faza digestivă. Totuşi, în sens invers, furiile prea dese sau sistematic păstrate în interiorul nostru vor condensa energia în ficat, riscând să devină patologii dintre cele mai importante (ciroze, cancer, chisturi).

Suferinţele ficatului pot să ne vorbească, de asemenea, despre dificultatea de a ne trăi sau a ne accepta sentimentele, emoţiile sau ceea ce ne trimit alţii. Propria imagine sau cea pe care alte persoane ne-o dau depinde, în mare parte, de ficat. Perceperea acesteia participă la bucuria noastră de a trăi pe care o regăsim cu ajutorul rolului de filtru şi de „hrană" a sângelui pe care îl deţine ficatul. Deci tensiunile acestui organ atât de important pot însemna că imaginea noastră este repusă în discuţie de propria trăire şi că bucuria vieţii a lăsat locul acrelii şi acidităţii interioare faţă de această lume exterioară care nu ne recunoaşte aşa cum ne-am dori. Ne aflăm în plină culpabilitate.

Ficatul participă profund la sistemul imunitar şi, în mod deosebit, la imunitatea elaborată, adică îmbogăţită prin experienţele căpătate de organism. Or, sentimentul de culpabilitate ne „obligă" să ne justificăm, să ne apărăm. El mobilizează energiile noastre de apărare psihologică, iar numeroasele furii sunt semnul şi expresia unei frici care nu-şi găseşte un alt mijloc de apărare. Dacă această strategie

este frecventă, ea fragilizează energia ficatului, apoi a vezicii biliare, care suferă. Ficatul este organ Yin şi reprezintă sentimentele care privesc fiinţa profundă. Vom vedea în rândurile care urmează că, în ceea ce priveşte vezica biliară, care este Yang, vorbim mai degrabă de fiinţa socială.

• ***Vezica biliară***

Ea munceşte în linie directă cu ficatul, pentru care adună şi concentrează bila, pentru ca apoi să o redistribuie în intestinul subţire, până la ieşirea din stomac. Eliberarea bilei îi va permite procesului de digestie, mai ales a alimentelor grase, să continue în mod armonios. În caz de disfuncţionalitate, digestia este percepută ca „proastă".

Suferinţele vezicii biliare

Participând la digerarea fizică a alimentelor, ea joacă un rol echivalent în cadrul digerării psihologice a evenimentelor. Aşa cum ne exprimăm în limbajul comun, „ne facem sânge rău"* atunci când ne îngrijorăm. Dar sunt întotdeauna nelinişti legate de o fiinţă (noi înşine sau un altul) care ne este dragă. Suferinţele vezicii biliare ne vorbesc despre dificultatea de a guverna sentimentele şi de a le clarifica. Ne aflăm în dinamica Yang, adică în raport cu exteriorul. „Care este locul meu?", „Oare sunt recunoscut de ceilalţi, sunt iubit/ă pentru ceea ce fac şi reprezint?", iată tot atâtea întrebări despre care ne vorbesc tensiunile vezicii biliare, ca şi despre mânia violentă care însoţeşte perioadele dificile, mai ales atunci când există la persoana respectivă un sentiment de injustiţie faţă de ea însăşi. Justificarea actelor este, de asemenea, foarte prezentă, cu atât mai mult cu cât nu poartă mereu însemnele sincerităţii şi ale adevărului. Suferinţele vezicii pot să însemne că simţul adevărului şi al dreptăţii nu ne este foarte clar sau este excesiv şi că avem tendinţa de a-i constrânge, a-i folosi, chiar a-i manipula pe ceilalţi (mereu dându-ne motive din cele mai bune, bineînţeles).

* În franceză, în original, „on se fait de la bile" (n. trad.).

• ***Intestinul subţire***

El măsoară, la om, în jur de şase metri, lucru care îi permite să ofere o suprafaţă mare, extinsă prin nenumărate mici proeminenţe interioare. Această suprafaţă autorizează metabolismul digestiv final, care desăvârşeşte ultima transformare a elementelor nutritive înainte de trecerea lor în sânge. Selectarea se face între asimilabil şi neasimilabil, care continuă în intestinul gros. Tot ceea ce este considerat asimilabil trece „vama", este „judecat" ca bun, intră în sânge şi în sistemul limfatic. Este important de ştiut că intestinul subţire nu este numai un simplu „filtru" care lasă să treacă sau nu alimentele. El participă activ la digestie secretând enzimele necesare şi joacă, de asemenea, un rol important în „transportul" anumitor zaharuri şi acizi de amină. Prin intervenţia lui se face deci selecţia finală a alimentelor pe care le transportă.

Suferinţele intestinului subţire

Diareele, ulcerele etc. ne vorbesc despre dificultăţile noastre de a asimila experienţele, de a le lăsa să pătrundă în noi fără să le judecăm. În calitate de vameş, el este cel care permite trecerea unei anumite informaţii şi respinge o alta. Este reprezentantul fizic al subiectivităţii. Durerile sau bolile intestinului subţire pot însemna, de asemenea, că manifestăm prea mult tendinţa de a judeca evenimentele şi pe ceilalţi în termeni de bine sau de rău, de greşeală sau de dreptate. Exemplul astrologic e semnul Fecioarei, care este foarte concentrat asupra noţiunilor de valoare, asupra preciziei şi respectului lor, a cărei fragilitate organică este, în principal, intestinală.

• ***Intestinul gros***

Având rezervat rolul gunoierului, al evacuatorului, care transportă şi permite eliminarea materiilor organice ingerate, dar care nu au fost asimilate, intestinul gros face în aşa fel încât organismul să evite „să-şi taie singur craca de sub picioare", adică să se îmbâcsească, să se suprasatureze şi, în

concluzie, să se „sufoce", să se intoxice. Pentru a ne convinge, este suficient să vedem ce se întâmplă atunci când, într-un mare oraş, se declanşează o grevă a gunoierilor. Deci intestinul gros este organul care contribuie la buna „respiraţie" a corpului, fenomen care ne permite să înţelegem mai bine de ce, în energetică, Intestinul gros este complementar Plămânului.

Suferinţele intestinului gros

Tensiunea şi suferinţele intestinului gros arată că păstrăm lucruri pe care le împiedicăm să plece. Teama de a lipsi, de a se înşela, reţinerea excesivă (timiditate) sau refuzul de a abandona, de a ceda sunt exprimate prin problemele intestinului gros (constipaţie, durere, balonare, gaze etc.). Suferinţele lui ne vorbesc şi despre dificultatea pe care o avem în a „cicatriza", a uita experienţele nefericite, aciditatea semnalându-ne prezenţa unei mânii înăbuşite şi păstrate. Cum el permite eliminarea, aruncarea a ceea ce am ingerat (alimente) şi nu am asimilat, în acelaşi mod permite şi evacuarea, aruncarea experienţelor pe care le-am ingerat (trăit), dar pe care nu le-am acceptat.

➢ Sistemul respirator

Acesta ne permite să respirăm aşa cum o arată numele său. Mulţumită lui, putem să asimilăm mai ales energia aerului. Totuşi, este un sistem mult mai elaborat decât credem şi nu foloseşte numai la respirarea aerului ambiant. El cuprinde plămânii, pielea şi toate celulele corpului. Există două niveluri respiratorii distincte: respiraţia aşa-numită „externă" şi respiraţia numită „internă". Respiraţia externă este cea pe care o cunoaştem, adică ventilaţia pulmonară. Dar există şi o ventilaţie externă, numită „cutanată", pielea deţinând în acest caz un rol important. Respiraţia externă constă în schimbul de gaze articulate în jurul oxigenului şi al gazului carbonic în aparatul respirator. Respiraţia internă este o respiraţie care are loc la nivelul celular, unde schimburile intracelulare se fac direct. Celulele procedează ele însele la

anumite schimburi gazoase care nu provin din aportul clasic al sângelui. Acelaşi proces există şi la nivel energetic.

Organ alipit sistemului respirator, pielea joacă de asemenea un rol de apărare a corpului faţă de lumea exterioară. Învelitoare flexibilă, dar eficace, ea ne protejează de cele mai multe agresiuni care se datorează unor agenţi activi (microbi, viruşi, insecte etc.) sau agenţilor pasivi (praf, temperatură, ploaie etc.). Captator esenţial, acest organ joacă un rol preponderent în gestionarea ocrotitoare a stimulilor şi a solicitărilor externe şi în cicatrizarea eventualelor răni.

Suferinţele sistemului respirator

Sistemul respirator aparţine principiului Metalului, una dintre funcţiile lui principale fiind protecţia faţă de lumea exterioară, care se exercită prin filtrarea prafului şi schimburile gazoase (respingerea gazului carbonic) şi prin capacitatea de a răspunde, de a reacţiona la „agresiuni" înconjurătoare. O altă funcţie esenţială este cea a cicatrizării, a închiderii rănilor.

Problemele sistemului respirator ne vorbesc despre dificultatea de a ne proteja în faţa lumii exterioare, de a găsi reacţii adaptate la eventualele agresiuni reale sau imaginare ale mediului. Ele înseamnă că nu reuşim sau nu vrem să închidem anumite răni din viaţa noastră şi ne vorbesc astfel de o eventuală tristeţe, ranchiună sau ură, dificultatea sau refuzul de a uita, de a ierta, chiar de dorinţa de a ne regla conturile sau, şi mai rău, de a ne răzbuna.

• ***Plămânii***

Sunt principalele organe ale respiraţiei. În interiorul lor se realizează schimbul fundamental de oxigen şi de gaz carbonic fără de care nu am putea trăi. Acest fenomen are loc într-un fel de „buzunare" minuscule (avem vreo 300 de milioane) numite „saci alveolari", puternic irigaţi de vase capilare, extrem de mici, care dau voie sângelui (globulele roşii) să elibereze gazul carbonic pe care îl conţine şi să se reîncarce cu oxigen, pentru a merge apoi să alimenteze toate celulele. Membrana alveolelor este atât de subţire încât

permite acest schimb. Dacă am desfăşura-o, am obţine o suprafaţă de mai multe sute de metri pătraţi.

Imaginaţi-vă fragilitatea acestei ţesături şi stricăciunile provocate nu numai de aerul poluat pe care îl respirăm, ci chiar şi de noi, mai ales prin tabagism. Plămânii sunt, în plus, singurele orificii naturale deschise în permanenţă spre exterior şi care trebuie să fie, în mod constant, în stare să se apere şi să ne apere. Şi aici vorbim de un întreg sistem desemnat numai pentru exercitarea acestui rol. La trecerea prin nas, aerul se încălzeşte, apoi este filtrat în parte prin firişoare de păr şi umidificat de mucus, care reţine un anumit tip de praf înainte să pătrundă în bronhii, unde alt tip de mucus reţine ultimele particule de praf, expulzate prin tuse sau prin mici cili vibratori, care îl fac să urce din nou şi să fie expectorat.

Putem constata până la ce punct este elaborat acest sistem de protecţie şi de apărare. În sistemul digestiv, întregul proces de „destructurare" a alimentelor, foarte sofisticat de altfel, reprezintă procesul de protecţie. Un ultim lucru foarte interesant merită semnalat: respiraţia este singura funcţie organică automată (nonconştientă şi nonvoluntară), adică guvernată de sistemul nervos autonom, dar asupra căreia putem totuşi interveni voluntar, bazându-ne pe sistemul nervos central. Aceasta ne dă posibilitatea să sesizăm mai bine eficacitatea tehnicilor respiratorii de relaxare, căci ele permit în fapt „calmarea sistemului nervos autonom" şi, printr-un proces asociat, relaxarea tensiunilor nonconştiente.

Suferinţele plămânilor

Fragilitatea sau bolile pulmonare exprimă dificultatea noastră de a guverna anumite situaţii legate de lumea exterioară. Exemplul cel mai simplu este cel al scăderii temperaturii la începutul iernii. Persoanele care nu reacţionează reechilibrându-şi sistemul termic intern vor „răci", adică sistemul pulmonar va fi fragilizat şi va deschide uşa unei **gripe** sau unei **răceli**. **Tusea, astmul, angina, bronşitele** sunt tot atâtea semne că simţim o solicitare importantă din exte-

rior, când nu este o agresiune, şi nu ştim, nu reuşim să o stăpânim. Atunci, suferinţa sau boala ne permit să o evacuăm. Tusea iritativă ne arată că aceste agresiuni ne irită, ne exasperează, făcându-ne să reacţionăm în mod violent. Tusea plină este semnul că agenţii agresiunii rămân prizonieri în noi. Ei sunt prinşi în capcana mucozităţilor bronhice pe care trebuie să le secretăm în cantitate mare pentru a scuipa, a evacua ceea ce ne agresează şi este „lipit" în noi.

Pe vremea adolescenţei, eram un băiat mai degrabă timid, destul de expansiv totuşi (pentru a ascunde această timiditate). Chiar dacă mâncam bine, eram firav, aveam plămânii fragili şi, timp de mai mulţi ani, am suferit de bronşită cronică, pe care medicul de familie încerca să o „omoare" cu antibiotice. Din fericire, trăiam la ţară, iar tradiţiile şi bunul-simţ natural al părinţilor mei au făcut ca terapia cea mai des folosită şi, de altfel, cea mai eficace să fie aplicarea de ventuze şi cataplasme. Fiecare obstacol sau dificultate pe care o traversam se traducea prin crize de tuse, urmate imediat de gripă sau bronşită. În dorinţa de a ameliora toate astea, fumam. Sensibilitatea mea pulmonară a dispărut numai odată cu schimbarea atitudinii faţă de viaţă şi de ceilalţi (sfârşitul competiţiei cu lumea) şi, ca din întâmplare, nu am mai avut „nevoie" să fumez, lucru valabil şi astăzi.

Relaţia plămânilor cu ceilalţi se regăseşte în homeopatie în utilizarea remediului numit *Gelsemium*. Fără a intra în detalii, să spunem numai că *Gelsemium* este prescris persoanelor care suferă de timiditate sau de „frica de viitor" (înaintea examenelor, de exemplu), dar şi pentru complicaţii ale stărilor gripale şi alte afecţiuni pulmonare. *Gelsemium* nu este, de altfel, singurul remediu homeopat care ne permite să constatăm până la ce punct homeopatia şi energiile funcţionează la acelaşi nivel şi după aceleaşi legi.

Agresiunea nu se manifestă în mod obligatoriu astfel încât să fie simţită. Atmosfera grea, „sufocantă", ambianţele unde nu ne simţim în largul nostru solicită enorm energiile plămânilor. Suferinţele sau bolile sistemului pulmonar (nas,

gât, bronhii etc.) ne vorbesc despre situaţii sau persoane care ne fac să ne simţim prost fără a ne agresa totuşi în mod direct. Câţi oameni nu mi-au spus la consultaţie „Am impresia că mă sufoc în această societate" sau „Îmi lipseşte aerul în această familie". În acest caz, este vorba, de altfel, de un astmatic care a reuşit foarte rapid să înţeleagă **cine** „îi pompa aer" în familie.

Angoasele materne excesive, atmosfera familială grea se traduc, adesea, la copii în fragilitate pulmonară care, dacă este „îngrijită" prea eficace sau, din contră, insuficient, se poate transforma în alergie respiratorie sau cutanată. Copilul „se apără" atunci, reacţionând câteodată violent. **Astmul**, **eczemele**, **anginele purulente** sunt tot atâtea „strigăte" pentru a arăta că ceea ce se întâmplă în jurul lui nu îl satisface, că el trăieşte situaţia ca pe o agresiune şi că are nevoie de protecţie (dragoste şi prezenţă), dar fără să fie sufocat.

Ultima semnificaţie care poate fi asociată cu problemele pulmonare este cea a tristeţii, a melancoliei, a supărării, a singurătăţii. Energia plămânului este însărcinată cu aceste sentimente care, atunci când sunt excesive, o epuizează. Excesul de tristeţe sau cultivarea ei pentru a întreţine amintirea a ceva sau a cuiva se poate manifesta printr-o fragilitate a plămânului. Este interesant să ne amintim că marea epocă a romantismului plângăcios (Chateaubriand, Goethe, J.-J. Rousseau, Chopin etc.) a fost şi „marea epocă" a **tuberculozei**.

- ***Pielea***

Este unul dintre organele cele mai interesante şi complete ale corpului uman. Este vorba de singura parte a organismului care se află în relaţie directă cu toate funcţiile corpului şi ale spiritului. Această învelitoare, care măsoară mai mult de doi metri pătraţi, înconjoară întregul nostru corp şi reprezintă un veritabil creier etalat. Ea este irigată, inervată într-un fel absolut remarcabil pe toată suprafaţa sa şi reprezintă un sistem extraordinar de informaţii legat direct de creierul nostru.

Primul rol al pielii este acela de protecţie. Pielea reprezintă bariera faţă de lumea exterioară şi ne protejează de agresiunile microbiene şi materiale (căldură, lovituri, murdărie etc.), aceasta fiind funcţia ei cea mai cunoscută. Ne putem întreba de ce vorbesc despre piele la nivelul sistemului respirator. Deoarece este organul care permite ventilarea cutanată, asistând în acest fel plămânii în timp ce îşi exercită rolul de asimilare a energiei aerului. Mergând mai departe decât simplul schimb gazos, ea primeşte şi transformă razele solare, prin acţiunea sa în cadrul metabolismului, în vitamina D. Mulţumită celor 700.000 de captatori nervoşi, pielea ne permite să simţim mediul înconjurător, fie că este fizic (pipăit), uman (reacţii epidermice, emotive etc.) sau termic (temperatura).

Pielea îndeplineşte, de asemenea, o misiune de asistenţă, deloc de neglijat, a întregului sistem de eliminare din corp. Atunci când rinichii, vezica biliară, intestinul gros, dar şi plămânii sunt obosiţi sau sufocaţi, pielea este cea care preia ştafeta şi ajută la evacuarea, în special prin **transpiraţie**, dar şi prin **mirosuri**, **dermatoze** etc., a toxinelor pe care organismul nu reuşeşte să le elimine altfel.

În sfârşit, este interesant de ştiut că pielea şi, între altele, „pielea muşchilor", adică ceea ce numim „facies", „memorează" toate experienţele şi emoţiile noastre. Fenomenul despre care vorbim ne permite să înţelegem de ce atingerea şi anumite tehnici de masaj, cum este Practica taoistă a Energiilor, au rezultate surprinzătoare, în mod deosebit toate manifestările de ordin psihosomatic.

Pielea este organul corpului cel mai reprezentativ pentru capacitatea de cicatrizare. Acest miracol, ale cărui cauze profunde sunt încă inexplicabile, permite unui „organism" să se autorepare, să se reconstruiască el însuşi, iar fenomenul este uimitor atât prin forţa, cât şi prin eficacitatea sa. Totul se petrece printr-un proces aflat într-un anumit raport cu fenomenele de cancerizare. Acestea ne permit să înţelegem că unele cicatrizări ale traumatismelor, care s-au reali-

zat în contexte psihologice dificile, duc uneori la cancerizarea zonelor recent traumatizate.

Rolul social al pielii este şi el fundamental. Ea participă direct la tipul şi la modul de relaţie pe care o avem cu lumea înconjurătoare. De altfel, cu cât societăţile şi culturile devin mai „aseptice", cu atât mai mult se distanţează de viaţă, pentru a nu privilegia decât intelectul şi aparenţa, iar a atinge ceva este interzis. Am vorbit în introducerea acestei cărţi despre omul modern şi modul lui de comunicare. Este amuzant să constatăm că astăzi putem întrerupe fără ruşine pe cineva care vorbeşte, dar dacă, din nefericire, îl atingem pentru a lua ceva de pe masă, ne scuzăm ca şi cum această atingere fortuită ar fi mai necuviincioasă şi mai incorectă decât faptul de a-l fi întrerupt.

Suferinţele pielii

Problemele pielii sunt semnele dificultăţilor vieţii noastre în raport cu lumea exterioară. **Eczemele**, **psoriazisul**, **pecinginea**, **micozele**, **vitiligo**, **coşurile** sunt tot atâtea manifestări ale reacţiilor noastre la agresiunile, reale sau nu, pe care le resimţim din exterior. Ele ne permit să „justificăm" dificultatea contactului cu lumea şi ajută, în acelaşi timp, la evacuarea tensiunii simţite. Aceste suferinţe sunt cu atât mai semnificative cu cât se manifestă mereu numai în locuri foarte sugestive, dacă îndrăznesc să spun aşa. Mai multe exemple îmi vin în minte.

Primul este personal. Acum câteva luni, am fost în provincie să le fac o vizită părinţilor mei şi circulam pe un drum pe care îl cunosc bine. La intrarea într-o localitate, am fost deranjat de un autovehicul care a ţâşnit brusc, fără să respecte nicio regulă de circulaţie, drept în faţa mea. Obligat să frânez brutal şi, bineînţeles, nemulţumit de comportamentul şoferului, l-am atenţionat semnalând cu farurile, lucru care nu a avut un efect prea mare asupra lui, acesta găsind de cuviinţă numai să încetinească, după ce îmi arătase că era „mai puternic". Regretându-mi reacţia, până la urmă inutilă, nu am intrat într-o escaladă posibilă a conflictului,

dar, câteva sute de metri mai încolo, având un autovehicul relativ puternic, am profitat de un loc suficient de larg pentru a-l depăşi rapid pe respectivul conducător auto. Totuşi, acesta a accelerat pentru a mă împiedica să dublez. Maşina mea fiind mai puternică, am reuşit să-l depăşesc, în ciuda lui, dar cu preţul unei accelerări superioare celei prevăzute legal şi, chiar la capătul liniei drepte, se afla un radar. Am fost oprit şi atenţionat pentru exces de viteză. Este clar că sentimentul meu de agresiune faţă de lumea exterioară şi chiar de injustiţie a fost foarte puternic. A doua zi, o pată de pecingine mi-a apărut pe piept, mai pronunţată sub stern, între plexul solar (emoţii brutale, agresiune, teamă etc.) şi plexul cardiac (emoţii elaborate, dragoste faţă de celălalt şi de sine însuşi, altruism etc.). Atât timp cât nu am făcut pace înlăuntrul meu, aceste pete mi-au produs mâncărime fără încetare. Prietenul meu homeopat, căruia i-am povestit cele întâmplate, m-a ajutat să le fac să dispară mai repede drenându-mi intestinele, căci mi-era greu, fără îndoială, nu numai să cedez, să evacuez evenimentul (intestinul gros), ci şi să-l asimilez (intestinul subţire).

Al doilea exemplu la care mă gândesc este încă şi mai frapant. Una dintre elevele mele în practică taoistă, care se numeşte Christine, suferea, din *mai 1988,* de **psoriazis**. Cu toate că făcuse în fiecare an cure în Israel (la Marea Moartă), boala revenea sistematic şi părea să fie, de fiecare dată, şi mai puternică. Tânăra femeie, fină şi elegantă, suferea foarte mult din cauza acestei situaţii, care o făcea să se ascundă, din ce în ce mai mult, de ea însăşi, corpul fiindu-i din ce în ce mai atins. Psoriazisul este o descuamare a pielii ce se prezintă sub formă de plăci roşiatice care au particularitatea că apar, de cele mai multe ori, pe articulaţii, coate şi genunchi. Vedeam în asta o tensiune trăită, asociată cu dificultatea de a se obişnui, de a accepta ceea ce se petrecea. Cum pielea este primul organ de schimb, se pare că schimburile pe care le aveam cu lumea exterioară erau nesatisfăcătoare. După câteva şedinţe de lucru asupra energiilor pentru identificarea şi

eliberarea memoriilor emoţionale ascunse, Christine a văzut cum psoriazisul s-a diminuat, apoi a dispărut complet în luna *mai 1990* (uite, ce întâmplare să fie din nou mai). Ea nu a mai avut niciodată, de atunci, această boală.

➢ Sistemul urinar

Ne permite să administrăm lichidele organice şi să eliminăm toxinele din corp. Alcătuit din rinichi şi din vezica urinară, este sistemul care filtrează, stochează şi evacuează „apele uzate" din organismul nostru, pe când intestinul gros evacuează materiile organice. Unul elimină „solidul", în timp ce altul elimină „lichidul". Acest rol este fundamental, căci apa din corp este un vector esenţial al memoriei profunde a individului. Principiul energetic al apei este de altfel intim legat de memoria ancestrală. Suntem în prezenţa activităţii celei mai oculte şi celei mai puternice a corpului uman, cea a gestionării „apelor subterane" şi a fertilităţii (fecunditate).

Suferinţele sistemului urinar

Când acestea se manifestă, înseamnă că trăim tensiuni care vizează credinţele noastre profunde, pe care ne construim viaţa şi care reprezintă „fundaţia"; înseamnă că manifestăm frică şi rezistenţă faţă de eventualele schimbări ale vieţii noastre, că ne este teamă că vom fi destabilizaţi prin obligaţia de a ne schimba. Ele ne vorbesc şi despre neliniştile profunde, fundamentale, cum sunt teama de moarte, de o boală gravă sau de violenţă.

- ***Rinichii***

Sunt organe esenţiale pentru procesul de gestionare şi de filtrare a lichidelor organice şi a sării din corp. Curăţând mai mult de 1 500 de litri de sânge pe zi, ei triază, extrag toxinele din sânge, transformându-le în urină, reglează nivelul de apă şi de săruri minerale, scoţându-le din sânge şi restituindu-le în funcţie de nevoi. Cele două organe pereche facilitează astfel capacitatea de rezistenţă şi de recuperare la efort care

reuneşte complet rolul lor „energetic". Rinichii se bazează pe vezică pentru a elimina urina din corp şi joacă un rol foarte important în stres, în frică şi în gestionarea lor. Prin intermediul glandelor suprarenale (medulosuprarenala şi corticosuprarenala), secretă hormonii care vor determina comportamentul nostru faţă de stres şi de frică. Medulosuprarenalele secretă adrenalina şi noradrenalina, care vor implica reacţii de fugă sau de luptă. Corticosuprarenalele secretă corticoizii naturali, care vor controla nivelul „inflamator" al reacţiilor noastre, adică intensitatea lor emoţională, pasională, la nivel celular.

Suferinţele rinichilor

Ele ne vorbesc despre temerile noastre, indiferent că sunt profunde şi esenţiale (viaţa, moartea, supravieţuirea) sau în relaţie cu schimbările. Problemele renale pot însemna că întâmpinăm dificultăţi în a renunţa la obiceiuri sau vechi scheme de gândire sau de credinţă. Această rezistenţă la schimbare se poate datora temerilor, unei insecurităţi, unui refuz de a ne mişca, unei încăpăţânări în credinţe profunde pe care refuzăm să le abandonăm, deşi totul pare să ne aducă în acel punct, ca să nu spun că ne forţează. Această fixare pe vechi scheme poate să meargă până la a se traduce printr-o cristalizare echivalentă la nivelul rinichilor (calculi). Aceste suferinţe sunt însoţite, destul de des, de tensiuni, chiar de dureri la nivel lombar.

Suferinţele renale înseamnă, de asemenea, că am trăit o situaţie de frică violentă şi viscerală (accident, atentat etc.), în care ne-am dat seama că am văzut moartea cu ochii. Se întâmplă uneori ca, în anumite situaţii, părul (care depinde energetic de rinichi) să albească brusc.

În sfârşit, suferinţele rinichilor pot să exprime dificultatea de a pune sau de a găsi stabilitate în viaţa noastră, de a găsi echilibrul între activitate, agresivitate şi apărare, care aparţin rinichiului stâng, şi pasivitate, ascultare şi fugă, care ţin de rinichiul drept. De aceea, tensiunile renale exprimă câteodată dificultatea noastră de a decide în viaţă şi de a

face apoi ce trebuie pentru ceea ce am hotărât să se producă.

• ***Vezica urinară***

Ea primeşte, stochează şi elimină lichidele organice încărcate cu toxine, care i-au fost încredinţate de rinichi. Această gestionare a urinei este departe de a fi atât de banală precum pare, căci, dacă vezica nu îşi exercită rolul, corpul se va intoxica complet. Ea este, la nivelul sistemului urinar, echivalentul intestinului gros pentru sistemul digestiv. Vezica urinară este ultimul stadiu al procesului de gestionare şi de eliminare a lichidelor organice şi, prin extensie, energetica „vechilor memorii".

Suferinţele vezicii urinare

Ele sunt semnul dificultăţilor pe care le întâmpinăm în evacuarea „apelor uzate", adică a vechilor memorii care nu mai sunt satisfăcătoare. Credinţele vechi, obiceiurile de demult, schemele de gândire neadaptate la situaţia prezentă sunt tot atâtea „memorii" care ne „intoxică" spiritul, în acelaşi fel în care toxinele o fac pentru corp. Atunci când energiile vezicii funcţionează corect, aceste „toxine" sunt eliminate fără probleme. Tensiunile sau durerile simţite la acest nivel ne spun, în schimb, că fenomenul se petrece mai puţin bine, ceea ce înseamnă că ne este frică să abandonăm sau să schimbăm aceste obiceiuri, credinţe, scheme sau moduri de gândire ori de acţiune. Un ataşament prea mare faţă de memorii, satisfăcătoare sau nu, ne determină câteodată să rămânem fixaţi în viaţa noastră, să ne cristalizăm, cu riscul de a suferi (cu toate că am găsi frecvent şi un oarecare beneficiu, cel puţin pentru un confort interior mai mare pe moment). Situaţiile de felul acesta se traduc prin tensiuni asupra vezicii, iar cistitele sau alte inflamaţii arată că există în noi, în plus, o mânie sau o revoltă faţă de atitudinea noastră.

Suferinţele vezicii pot însemna, de asemenea, că ne este frică de „strămoşii" pe care nu îi putem depăşi. Băieţii

cărora le este frică (justificat sau nu) de părinţii lor, mai ales de tată sau uneori de reprezentările lor (bunici, profesori etc.), exprimă, adesea, acest sentiment prin enurezis (pipi în pat, incontinenţă urinară de noapte). Fetele au mai degrabă tendinţa de a exprima aceleaşi temeri prin cistite repetate.

➢ Sistemul circulator

Are sarcina circulaţiei sanguine în tot corpul. Cu ajutorul lui, preţiosul lichid care este sângele poate să circule şi ajunge să hrănească cu oxigen şi nutrimente până şi cea mai mică parte a organismului nostru. Tot sistemul circulator îi permite să-şi exercite rolul de purificator, căci el transportă toxinele respinse de celule şi elimină gazul carbonic pe care îl schimbă cu oxigenul. Practic, vorbim despre o funcţie de repartizare a vieţii în tot corpul, care constă în a răspândi tot ceea ce aduce viaţă şi, prin extensie, bucuria de a trăi. Sistemul circulator se compune din inimă, sistemul venos şi sistemul arterial şi parcurge organismul descriind un fel de opt, ce seamănă în mod straniu cu schema care reprezintă Cerul Anterior şi Posterior, Conştientul şi Nonconştientul. Ce întâmplare..

Suferinţele sistemului circulator

Dacă manifestăm probleme circulatorii, înseamnă că avem dificultăţi în a lăsa viaţa să circule liberă în noi, că bucuriei de a trăi, dragostei de viaţă îi este greu să se exprime sau chiar să existe înlăuntrul nostru. Care parte din noi înşine nu o iubim până acolo încât nu mai lăsăm viaţa să o hrănească? Ce parte din noi respingem? Ce traumatism emoţional a făcut să nu mai avem loc pentru bucurie sau dragoste sau de ce ne este frică de ele? Iată tot atâtea probleme pe care Stăpânul nostru Interior ni le transmite prin tensiunile, dacă îndrăznesc să spun, ale sistemului circulator.

- ***Inima***

Fiind organul principal al circulaţiei sanguine, inima este pompa care „stăpâneşte" această circulaţie, dar o pompă inte-

ligentă şi autonomă, a cărei finețe de reacţie este extraordinară. Prin ritmul ei, se dovedeşte capabilă să răspundă instantaneu celei mai mici solicitări, indiferent că este fiziologică (efort) sau psihologică (emoţie). În strânsă relaţie cu creierul, ea deţine calitatea de a regla, cu mare precizie, presiunile şi ritmurile circulatorii cerute de circumstanţele înconjurătoare. Inima este organul care comandă, dirijează capacitatea de a ne adapta reacţiile interioare la exigenţele exterioare. Fiind un muşchi numit „involuntar", ea funcţionează în afara voinţei noastre conştiente. Relaţia sa cu Inconştientul nostru este puternică şi explică influenţa importantă a emoţiilor noastre conştiente şi inconştiente asupra ritmului cardiac. Locaş tradiţional al iubirii şi al emoţiilor, având o relaţie privilegiată cu creierul, care depinde la nivel energetic de ea, inima ne arată cum o dragoste adevărată nu se poate mulţumi să fie numai pasională, ci că trebuie să fie şi „inteligentă". Altfel riscă orbeşte.

Suferinţele inimii

Ne vorbesc depre dificultăţile de a trăi dragostea şi de a stăpâni emoţiile care au tendinţa să fie primordiale faţă de alte manifestări din viaţa noastră. Ele pot însemna, de asemenea, că lăsăm prea mult loc resentimentului, urii, violenţei, pe care le refulăm sau le exprimăm prin mijloace indirecte (sport, jocuri, răniri). În acest timp, locul iubirii de viaţă, de noi înşine, de ceilalţi, de ceea ce facem se micşorează în fiecare zi. Or, să ne amintim că inima este organul care distribuie sângele în corpul nostru. Dacă vom cultiva stări emoţionale negative, ele vor fi distribuite în acelaşi fel. În energetică, se spune că starea Inimii şi a Shen (reprezentarea sa spirituală) se vede după tenul persoanei şi după strălucirea ochilor, a privirii ei.

Palpitaţiile, tahicardiile, infarctul şi alte probleme cardiace exprimă toată osteneala de a ne guverna stările emoţionale sau, din contră, a le lăsa posibilitatea de a se exprima, de a trăi în noi. Luarea prea în serios a vieţii şi a tot ceea ce se întâmplă, absenţa plăcerilor în ceea ce facem sau simţim, prea

puţin spaţiu de libertate şi de decontractare fragilizează energiile inimii şi se pot traduce prin tensiuni cardiace. Însă şi excesul de plăceri sau de pasiuni fragilizează energiile Inimii, traducându-se prin aceleaşi efecte.

• ***Sistemul venos***

Este sistemul pe care îl ştim reprezentat prin culoarea albastră pe planşele de anatomie din copilăria noastră. El vehiculează sângele „uzat" spre ficat şi spre rinichi, pentru a fi filtrat, şi spre plămâni, pentru a se efectua evacuarea gazului carbonic şi reîncărcarea cu oxigen. Este vorba despre partea Yin a sistemului circulator, cea care primeşte şi conservă. Prin alveolele sale şi capacitatea de dilatare, sistemul venos are o acţiune „pasivă" (Yin) în circulaţia sanguină.

Suferinţele sistemului venos

Problemele venoase exprimă dificultatea noastră de a accepta, de a primi viaţa, bucuria de a trăi, dragostea şi de a le face loc înlăuntrul nostru. Ne este greu să împiedicăm emoţiile să stagneze în noi. Trăirea este resimţită ca posomorâtă, fără pasiune şi fără bucurie. Avem senzaţia că nu ştim, nu suntem în stare să lăsam să trăiască în noi sau în relaţie cu ceilalţi poftele sau dorinţele noastre de fericire. Ele stagnează atunci în noi şi lasă să se dezvolte uneori un sentiment de descurajare sau de neputinţă. **Flebitele** sau **varicele** exprimă sentimentul nostru că îndurăm, că suntem obligaţi să acceptăm lucruri care ne „împiedică" să fim cu adevărat fericiţi.

• ***Sistemul arterial***

Reprezentat cu roşu pe aceleaşi planşe de anatomie, el este cel care transportă sângele îmbogăţit cu oxigen şi cu nutrimente spre organe şi celule. Ca parte Yang a sistemului circulator, acesta exercită o asistenţă „activă" a inimii în cadrul circulaţiei sanguine. Prin capacitatea sa de a se contracta, sistemul arterial uşurează munca inimii. Este vorba de ceea ce numim vasoconstricţie şi vasodilataţie.

Suferinţele sistemului arterial

Suferinţele sale ne vorbesc despre tensiunile echivalente cu cele ale sistemului venos, dar în sens activ. Emoţiile sunt excesive şi se manifestă în exces (jovialitate, excitaţie etc.) sau sunt reţinute, sufocate. Dificultatea, incapacitatea de a face ceea ce trebuie în viaţa noastră pentru a simţi bucuria, plăcerea sau fericirea se traduc prin hipertensiuni arteriale. Contrar sistemului venos, nu avem impresia de a fi împiedicaţi, ci, mai degrabă, de a nu şti, de a nu putea, de a nu fi capabili să facem loc iubirii, bucuriei de a trăi.

Hipertensiunea ne arată că avem o tensiune mare datorată voinţei noastre de a căuta soluţii, dar frica, adesea prezentă, ne împiedică emoţiile să existe, ceea ce face să urce presiunea în interior. Totul capătă proporţii excesive, care ne sperie. Această frică ne crispează şi face ca pereţii arterelor să devină mai duri, crescând astfel prin arterioscleroză fenomenul tensiunii. Una dintre temerile de fond asociate hipertensiunii este şi teama de moarte; ne este frică ca ea să nu sosească înainte ca noi să fi terminat tot ce aveam de făcut. Apare atunci sentimentul de urgenţă, care se dezvoltă înlăuntrul nostru şi face ca presiunea să urce şi mai mult. Găsim din nou legături cu homeopatia, care utilizează *Aconit* pentru a trata nu numai hipertensiunea arterială, ci şi teama de moarte, inclusiv tot ceea ce se construieşte pe un proces de panică.

Hipotensiunea ne vorbeşte despre apărare, despre sentimentul nostru de victimă. Învinşi de evenimente, fără ieşire, nu mai suntem capabili să facem presiunea să urce pentru a relansa maşinăria. Dinamica de fond este pasivă şi sentimentul de descurajare devine mai puternic decât dorinţa de luptă. Am fost, fără îndoială, lipsiţi de iubire în viaţă, lipsiţi de această hrană care oferă sau cel puţin facilitează bucuria şi raţiunea de a trăi, de a ne simţi inima bătând. Această flacără ne-a lipsit sau poate că nu am ştiut să o întreţinem.

➢ Sistemul nervos

Poate fi considerat drept „terţiarul" corpului nostru. Este centrul de comandă şi de gestionare a informaţiilor. El centralizează, stochează, restituie şi face să circule datele înnăscute sau căpătate de individ, permiţându-i acestuia să existe şi să evolueze în mediul său. Este clar pentru fiecare dintre noi că sistemul nervos are un rol esenţial şi că participă la cea mai mică activitate a organismului nostru. El se divizează în două: sistemul nervos central şi sistemul nervos autonom, numit şi sistem neurovegetativ. La nivel organic, el este alcătuit din creier, măduva spinării şi nervi (periferici, simpatici şi parasimpatici).

• *Sistemul nervos central*

Este cel care guvernează gândul, mişcările conştiente şi toate senzaţiile. Se compune din encefal, măduva spinării şi nervii periferici.Toate gândurile conştiente, toate deciziile şi toate acţiunile voluntare trec prin sistemul nervos central.

Suferinţele sistemului nervos central

Suferinţele sistemului nervos central sunt semnele dificultăţii de a ne administra în mod conştient şi intelectual viaţa şi emoţiile. Duritatea, excesul de muncă, tendinţa de a trăi şi a rezolva lucrurile cu ajutorul gândirii şi nu cu cel al sentimentelor se vor manifesta prin dezechilibre, maladii sau tensiuni ale acestui sistem. Dar şi, mai grav, **epilepsia**, cu momentele sale numite „procese automate", este o deconectare a sistemului nervos central în avantajul sistemului autonom.

• *Creierul*

Este ordinatorul central. În interiorul lui se elaborează gândurile, se stochează cele mai multe informaţii şi se iau

deciziile conştiente. Pentru acest organ există mai multe diviziuni.

Prima este aceea a celor două emisfere. Există emisfera dreaptă şi emisfera stângă. Aceasta din urmă are drept responsabilitate gândirea, raţiunea, logica, limbajul. Prin administrarea a tot ceea ce ţine de raţional, de Conştient şi de voluntar, ea comandă, în principal, partea dreaptă a corpului (mână, picior etc.). Cât despre emisfera dreaptă, putem spune că răspunde de imaginar, artistic, spaţiu, intuiţie, afect, memorie, indiferent dacă este auditivă, vizuală sau senzorială. Ea guvernează tot ceea ce ţine de iraţional, de inconştient şi involuntar; comandă în principal partea stângă a corpului uman (mână, picior etc.). Fac totuşi precizarea că este vorba despre lateralizarea acţiunilor motrice ale corpului şi nu despre cea a manifestărilor simptomatice, căci aceasta este o sursă foarte frecventă de erori de interpretare.

A doua diviziune a creierului priveşte cele trei creiere şi este cunoscută mulţumită lucrărilor profesorului Henri Laborit. Există creierul numit „reptilian" – este cel al instinctului, al pulsiunilor vieţii şi supravieţuirii, al actelor reflexe, primul creier al omului. E cel mai vechi în înţelegerea evoluţionistă. Apoi, există creierul numit „limbic", al emoţiilor, al adaptării la mediul înconjurător, al relaţiilor cu ceilalţi, al filtrării informaţilor percepute. Şi există, în sfârşit, creierul numit „cortical" sau neocortexul, cel al reflexiei, al analizei, al abstractizării, creaţiei şi imaginaţiei. Putem vedea, prin structurarea acestor trei creiere, construcţia omului şi cele trei etape ale evoluţiei sale: animală, emotivă şi socială şi, în sfârşit, analitică şi creativă.

A treia diviziune este cea a celor „cinci creiere" (Cinci Principii?) şi aparţine fizicianului american Ned Hermann. El a luat în considerare primele două diviziuni, integrându-le una în cealaltă. Astfel, putem apropia diviziunea de vertebrele sacrale, care sunt 3 + 2, şi de cele lombare, care sunt 5. Avem creierul reptilian, creierul limbic drept, care răspunde de emotivitate şi de spiritualitate, creierul limbi

stâng, care răspunde de organizare şi de concreteţe, creierul cortical drept, care guvernează sinteza şi creativitatea, şi, în sfârşit, creierul cortical stâng, care comandă logica şi tehnica. Este foarte interesant să constatăm că putem găsi o relaţie directă între cele cinci creiere şi cele Cinci Principii energetice chinezeşti. Creierul reptilian corespunde Metalului, cel limbic drept, Focului, limbic stâng, Apei, corticalul drept, Lemnului şi corticalul stâng, Pământului.

Astfel, este esenţial să înţelegem că aceste diviziuni sunt analitice şi explicative. Ele înseamnă „dominante", fără să corespundă însă, în niciun fel, unei diviziuni fizice sau funcţionale marcate. Toate funcţiile şi părţile creierului se află în strânsă legătură între ele, în interacţiune permanentă, şi participă la aceeaşi dinamică cerebrală.

Suferinţele creierului

Problemele cerebrale sunt semnul dificultăţii noastre de a conduce, prin gândire, situaţiile vieţii. Conştiinţa „conştientă" domină şi vrea să regleze totul sau să înţeleagă, dar nu reuşeşte. Raportul nostru cu viaţa este construit pe raţiune, logică raţională şi raţionament. Tensiunile sau patologiile cerebrale exprimă această voinţă de a regla totul prin gândire, dur şi fără emoţii. Nu facem paradă de sentimente sau nu ne preocupăm de stări de suflet legate de eventuale emoţii, care nu pot fi decât parazite, fie pentru că ne este frică, fie pentru că nu ne satisfac şi ni se par inutile. Numai eficacitatea directă şi aparentă contează, adesea înţeleasă şi materializată de partea gestionară şi „financiară" a vieţii.

Faptul de a gândi toate lucrurile în termeni de rentabilitate pe seama părţii umane, atât de caracteristică „managerilor" actuali, se traduce adesea prin probleme cerebrale. Plecând de la simpla **migrenă** şi trecând prin **ameţeli**, **tulburări de concentrare** şi **de memorie**, apoi **probleme circulatorii**, ele ajung în final la tumori sau „karōshi"*. Această separare totală datorată surmenajului, care se nu-

* „Karōshi", în japoneză, moartea prin supramuncă (n. trad.).

meşte *burn out* în America de Nord, face ravagii în Japonia, omorând mii de persoane, şi începe să apară şi la noi. Sintagma *burn out*, care vrea să spună carbonizat, este interesantă când o apropiem de faptul că ne aflăm, aici, în principiul Focului.

Aceste manifestări ale dezechilibrului raportului nostru cu viaţa apar în cea mai mare parte a timpului la citadini care au o activitate profesională de birou sau intelectuală. Ele sunt mult mai rare la cei care au o activitate manuală sau fizică, ce îi obligă să rămână „conectaţi" la viaţa reală, la principiul Pământului.

Dezechilibrele cerebrale ne vorbesc despre dificultatea de a lăsa loc plăcerii şi bucuriei simple în viaţa noastră. Găsim acolo una dintre relaţiile intime care există între creier şi inimă, care o guvernează pe cea din urmă la nivel energetic. Predominarea raţiunii implică nevoia de a avea dreptate şi de a fugi de greşeală, care nu este trăită decât ca un semn de slăbiciune. Astfel, refuzăm componenta umană a erorii, necesitatea ei şi dimensiunea experimentală şi evolutivă, pentru a nu reţine decât noţiunea de greşeală şi, în consecinţă, de culpabilitate. Acest blocaj al ideilor este însoţit de o mare dificultate de a schimba opinii şi moduri de gândire şi se poate traduce prin **tensiuni cerebrale**, **migrene** sau **dureri de cap**.

• ***Măduva spinării***

Ea face parte din sistemul nervos, care coboară în interiorul coloanei vertebrale, exercitându-şi rolul de transportator al datelor şi ordinelor cervicale spre toate părţile corpului. Dar deţine şi o anume autonomie, în sensul că anumite reflexe (reflexul genunchiului, de exemplu) sunt direct guvernate de ea. Compusă în acelaşi timp din fibre nervoase (substanţa albă) şi din neuroni (substanţa gri), utilizează un sistem de „buclă". Această buclare face ca un stimul dureros, de exemplu, să nu aibă nevoie să ajungă

până la creier pentru a provoca reacţia musculară, informaţia venind din zona atinsă mergând direct la muşchi.

Suferinţele măduvei spinării

Problemele măduvei spinării ne arată că suntem împiedicaţi să ne traducem ideile sau gândurile în realitate. Ele exprimă dificultatea noastră de a acţiona şi chiar de a reacţiona, adică fără să meditäm faţă de un context dat. În sfârşit, ele ne vorbesc despre refuzul de a lăsa viaţa şi bucuria de a trăi să se exprime prin actele sau reacţiile noastre. **Paralizii, mielite, meningite cerebralo-spinale** ne împiedică să acţionăm sau să reacţionăm, să „facem" şi, în consecinţă, să ne înşelăm, să comitem erori.

• ***Nervii***

Sunt „cablurile" personale care permit punerea ordinatorului nostru central (creierul) în relaţie cu periferice le (organe, muşchi, cele cinci simţuri etc.). Pentru sistemul nervos central, există două tipuri: senzitive sau motrice. Nervii senzitivi sunt cei care transmit informaţiile primite spre creier sau spre măduva spinării. Nervii motrici sunt cei care trimit ordinele creierului sau ale măduvei spinării spre una dintre părţile corpului.

Suferinţele nervilor

Ele exprimă dificultăţile noastre de a ne transforma gândurile, dorinţele sau poftele în realitate. Transmisia „cedează" şi comenzile nu mai funcţionează. Ce nu vreau să fac sau, mai bine zis, ce mi-e frică să fac? Ce mă paralizează? Sunt tot atâtea întrebări exprimate prin suferinţe sau blocaje ale sistemului nervos. Unul dintre aceste cazuri tipice este cel al **sciaticii paralizante**, care „blochează" complet nervul sciatic şi ne împiedică astfel să mergem, să ne deplasăm, chiar să ne ţinem pe picioare (a se vedea capitolul privind membrele inferioare, pagina 111). În funcţie de partea atinsă, oare ce se petrece în viaţa noastră relaţională? Care este persoana spre care nu mai vrem să mergem, cu

care nu vrem să avem genul de relaţii care există astăzi sau, şi mai simplu, niciun fel de relaţie?

Cruralgia este foarte interesantă, căci „pişcarea" nervului crural se manifestă, printre altele, la oamenii cu dureri uneori foarte jenante într-unul dintre testicule. Aceleaşi chestiuni ca cele pe care le-am spus la sciatica paralizantă pot da răspunsuri deosebit de „interesante", chiar dacă nu sunt obligatoriu bine-venite sau acceptate.

Putem, în orice caz, să vedem cum localizarea nervului atins ne lămureşte asupra motivului de „incapacitate" căutat. Este suficient atunci să ne raportăm la acea parte a corpului la care ne referim pentru a putea face legătura între cele două.

• ***Sistemul nervos autonom***

Numit de asemenea sistem neurovegetativ, el are responsabilitatea întregii activităţi nonconştiente a individului. Funcţiile sale organice (circulaţia sanguină, digestia, respiraţia etc.), dar şi cele psihice, emotive şi de apărare (piele de găină, vomă, înroşirea obrajilor, instinctul fugii sau de agresivitate etc.) depind de el. Sistemul nervos central comandă muşchii striaţi, pe când sistemul nervos autonom, pe cei netezi. El este alcătuit din sistemul parasimpatic şi sistemul simpatic. În sarcina sistemului parasimpatic cade tot ceea ce priveşte activitatea de rutină a organismului, cum ar fi funcţiile organice, în timp ce sistemul simpatic răspunde de activităţile de excitaţie, de apărare şi de urgenţă, cum ar fi agresivitatea şi fuga. Sistemul neurovegetativ este administrat de hipotalamus şi de bulbul rahidian.

Suferinţele sistemului nervos autonom

Dezechilibrele sistemului neurovegetativ exprimă dificultatea de a reuni înlăuntrul nostru Conştientul şi Nonconştientul. Tot ele ne spun că Nonconştientul nostru are dificultăţi în gestionarea solicitărilor care vin din lumea exterioară şi, mai ales, a emoţiilor. Se petrece atunci un fenomen de saturaţie a sistemului central conştient, care nu

poate dirija activitatea noastră fizică, căci sistemul neurovegetativ preia comenzile. El ne „obligă" să putem face sau să nu facem anumite gesturi, acţiuni ori ne împiedică să avem acces la anumite niveluri de conştiinţă sau de memorie. Toate manifestările faimoasei **„spasmofilii"**, ca şi **tremurăturile**, **ticurile** aşa-numite **„nervoase"**, **greţurile**, **migrenele**, **crampele**, **crizele de tetanie** sunt expresii ale acestei dificultăţi interioare de a stăpâni şi de a răspunde corect la solicitările lumii exterioare.

➢ Sistemul reproducător

Aşa cum indică numele, el îi permite fiinţei umane să se reproducă. Este alcătuit din organele sexuale, glandele sexuale (testicule, ovare) şi uter, la femei. Prin acest sistem extrem de elaborat, descendenţa umană se perpetuează prin întâlnirea dintre un bărbat de natură Yang şi penetrantă şi o femeie de natură Yin şi receptoare. Viaţa ne arată până în ce punct evoluţia nu se poate face altfel decât prin întâlnirea contrariilor. Aceasta ne poate face să înţelegem cât este de necesar să realizăm acelaşi lucru înlăuntrul nostru ca să putem evolua. Trebuie să mergem în întâmpinarea celuilalt aspect al sinelui nostru, a părţii noastre „Yin, feminine", dacă suntem bărbaţi, şi a părţii noastre „Yang, masculine", dacă suntem femei. Bineînţeles că nu este vorba aici despre sexualitate, ci despre ceea ce C.G. Jung numea *Anima* (feminin) şi *Animus* (masculin). Este vorba de partea noastră tandră, pasivă, artistică, estetică, primitoare, nonconştientă, profundă (feminină) şi de partea noastră fermă, puternică, activă, războinică, defensivă, penetrantă, conştientă, superficială (masculină). Altfel nu este posibil să creştem, să evoluăm şi să ajungem progresiv la ceea ce eu numesc „pacea contrariilor" (iar Jung o numea „reconcilierea contrariilor"), la Unitatea din noi, creând, născând astfel un alt noi înşine. Interesant de notat este că această (pro)creaţie are posibilitatea de a se realiza în plăcere şi bucurie (juisare, orgasm), aşa cum a prevăzut viaţa. La aceasta trebuie să mediteze cei al căror demers de

dezvoltare personală se practică prin voinţă, forţă, constrângere sau urgenţă.

Sistemul reproducător este, bineînţeles, cel care ne permite să procreăm, să dăm viaţă fizic. Prin el şi prin extensie, este vorba, de asemenea, despre capacitatea generală de a crea, de a naşte (proiecte, idei etc.) în lumea materială.

Este, în sfârşit, sistemul sexualităţii, adică al capacităţii noastre de a crea într-o mare plăcere. El reprezintă acţiunea noastră asupra altuia, puterea asupra lui, căci acesta ni se abandonează, aşa cum şi noi ne abandonăm lui în această relaţie specială. Deci puterea trebuie să fie reciprocă şi respectuoasă, ea fiind încă şi mai mare atunci când se bazează pe dragoste. În sfârşit, sistemul despre care vorbim are, aşa cum am arătat mai devreme, particularitatea de a oferi plăcerea, puterea (dacă îndrăznesc să spun) de a trăi în bucurie, fiindcă, în mod normal, este punctat de orgasm. Acesta reprezintă juisarea supremă a creaţiei, a acţiunii creatoare şi fecundatoare, împărtăşită cu celălalt.

Suferinţele sistemului reproducător

Ele ne vorbesc despre dificultatea de a trăi sau a accepta „pacea contrariilor" înlăuntrul nostru. Se pot manifesta în diferite moduri, dar înseamnă întotdeauna o tensiune faţă de celălalt, indiferent că este soţul, copilul sau reprezentările lor în noi sau în exteriorul nostru. Este cazul, în mod deosebit, al problemelor uterului, care reprezintă cuplul, căminul, cuibul, însemnând adesea tensiuni sau suferinţe faţă de partener (absenţă, frustrare, deces, conflict etc.) sau faţă de locul fiecăruia în cadrul căminului.

Ele exprimă, de asemenea, frica noastră, teama de a naşte, indiferent că este reală (copil) sau simbolică (proiecte, idei etc.), din lipsă de încredere, culpabilitate sau angoase. Durerile la testicule sau la ovare ne vorbesc despre asta, fie că e un caz de **cruralgie**, de un **chist** sau un **cancer** al glandelor reproducătoare.

Bolile numite „cu transmitere sexuală" reprezintă adesea autopedepsiri, inconştient provocate de o culpabilitate faţă de o activitate sexuală dezvoltată în afara normelor recunoscute de către persoană sau de mediul ei. Această culpabilitate, conştientă sau nu, o determină să se pedepsească ea însăşi printr-un act „ratat", îndrăznesc să spun, şi să întâlnească, în plan sexual, pe cel sau pe cea care îi va transmite o boală „ruşinoasă".

Prin **frigiditate**, **impotenţă** sau **dureri** şi **inflamaţii diverse** care „împiedică" sexualitatea, ne exprimăm dificultatea de a trăi plăcerile vieţii şi, în particular, ale activităţii, indiferent că este profesională, socială sau familială. Nu ne permitem să simţim plăcere, satisfacţie, chiar juisare în exerciţiul puterii noastre personale asupra lucrurilor sau a celorlalţi. Toate acestea ni se par prea serioase sau chiar vinovate şi nu mai ştim, precum copilul, să simţim bucuria simplă de a fi făcut ceva care „merge" şi de care suntem mândri. Credem că această putere este ruşinoasă sau negativă, când de fapt poate fi creativă şi fecundă, căci ceea ce îi dă culoarea pozitivă sau negativă este modul în care ne folosim de ea şi intenţiile pe care i le atribuim, în acelaşi mod în care puterea pe care o dau dragostea şi sexualitatea poate crea sau distruge, elibera sau aliena, anima sau stinge pe celălalt sau pe sine.

CELELALTE PĂRŢI ALE CORPULUI ŞI SUFERINŢELE SPECIALE

După prezentarea marilor sisteme organice, vom aborda părţile corpului care nu aparţin direct unuia dintre ele, dar care sunt frecvent întrebuinţate de Stăpânul nostru Interior pentru a ne „vorbi".

• *Faţa şi suferinţele sale*

Faţa are particularitatea de a regrupa cele cinci simţuri, adică văzul, auzul, mirosul, gustul şi pipăitul. Reprezentând identitatea, ea este, de asemenea, locul privilegiat al percepţiei „fine" a lumii exterioare prin captatori elaboraţi, care fac

posibilă perceperea lumii materiale (culori, sunete, savori, mirosuri şi temperaturi). Prin ele, urmează să exprimăm dificultăţile de a percepe sau de a accepta aceste niveluri înlăuntrul nostru. O putem face cu ajutorul ochilor, urechilor, nasului, gurii sau pielii.

Problemele generale ale feţei ne vorbesc despre o problemă de identitate, despre dificultatea de a o accepta pe aceea pe care o avem sau credem că o avem. **Acneea, eczema, roşeaţa**, dar şi **barba, mustaţa** etc. sunt, de asemenea, tot atâtea mijloace care ne arată dificultăţile de a ne accepta faţa, fie că ne displace, fie că este prea frumoasă şi atrage mai mult decât ne-am dori. Acestea reprezintă diverse moduri de a o ascunde sau de a o urâţi, de a respinge imaginea unei identităţi care nu ne satisface.

• ***Ochii şi suferinţele lor***

Ochii sunt organele vederii. Mulţumită lor, putem vedea lumea exterioară în culori (care sunt reprezentarea sentimentelor) şi în relief (care este reprezentarea structurii), ca urmare a prezenţei celor doi ochi. Ochiul drept, care constituie structura individului (Yin), dă vederea „orizontală", iar ochiul stâng, care constituie personalitatea individului, dă vederea „verticală". Ei sunt asociaţi energiei Principiului Lemnului şi reprezintă, din acest motiv, nivelul perceperii cel mai în relaţie cu sentimentele şi „fiinţa". Aceasta ne permite să înţelegem mai uşor de ce cazurile cele mai multe de miopie apar în timpul adolescenţei (a se vedea, de asemenea, scolioza la pagina 109), perioadă a vieţii în care copilul îşi etalonează reperele afective faţă de lumea exterioară în afara structurii familiale.

Deci suferinţele ochilor arată că ne este greu să vedem **ceva** în viaţa noastră şi, mai ales, ceva care ne atinge nivelul afectiv. Ce nu vreau să văd? Ce pune în discuţie fiinţa mea sau ideea locului pe care i l-am acordat? Se întâmplă frecvent ca aceste întrebări să fie asociate cu un sentiment de injustiţie. Dacă este vorba despre ochiul drept, tensiunea se află în

relaţie cu simbolistica Yin (mama), iar dacă ne referim la ochiul stâng, ceea ce refuzăm să vedem se află în relaţie cu simbolistica Yang (tatăl).

Îmi amintesc de cazul lui Pascal, pe care l-am citat când am vorbit despre femur (a se vedea pagina 127). La vârsta de nouă ani şi jumătate, şi-a pierdut tatăl într-un accident de maşină, în timpul lucrului. Această dispariţie ar fi trebuit, de fapt, să fie acceptată în Conştient şi în mental, dar se pare că nu a fost acceptată în Nonconştient. La data aniversării sale următoare, la şase luni după dispariţia tatălui, ochiul stâng al copilului a început dintr-odată să se umfle. Cu toate că a fost spitalizat şi i s-au făcut nenumărate analize, medicii nu au găsit nimic. Ei au hotărât în faţa copilului, crezând că nu înţelege, să-l opereze în ziua următoare pentru „a vedea ce se găsea în ochi". A doua zi de dimineaţă, la trezire, edemul dispăruse complet. În mod evident, copilul refuza să „vadă", să accepte perceperea a ceva legat de Yang (tatăl). Frica de intervenţia chirurgicală l-a făcut să oprească imediat exprimarea tensiunii pe care prefera să o ascundă în el. Totuşi, după o perioadă mai lungă de timp, la vârsta de 28 de ani, a avut, la rândul său, un accident de maşină, tot când se întorcea de la lucru, în cursul căruia şi-a fracturat femurul stâng (a se vedea pagina 127). La vremea respectivă, traversa o perioadă dificilă exprimată prin conflict şi fugă de tot ceea ce ar fi putut să reprezinte o formă de autoritate, fie socială, fie familială. El retrăia, fără să fie conştient, ceea ce trăise atunci când murise tatăl lui, şi anume „Care este locul meu, cine sunt, nimeni nu poate să mă înţeleagă sau să mă ajute, de ce această nedreptate etc.?"

Fiecare tip de manifestare oculară va aduce o precizare deosebită.

Miopia, care este dificultatea de a vedea departe, reprezintă frica inconştientă de viitor, care ni se pare tulbure, adică prost definit: ceva neclar.

gât, bronhii etc.) ne vorbesc despre situaţii sau persoane care ne fac să ne simţim prost fără a ne agresa totuşi în mod direct. Câţi oameni nu mi-au spus la consultaţie „Am impresia că mă sufoc în această societate" sau „Îmi lipseşte aerul în această familie". În acest caz, este vorba, de altfel, de un astmatic care a reuşit foarte rapid să înţeleagă **cine** „îi pompa aer" în familie.

Angoasele materne excesive, atmosfera familială grea se traduc, adesea, la copii în fragilitate pulmonară care, dacă este „îngrijită" prea eficace sau, din contră, insuficient, se poate transforma în alergie respiratorie sau cutanată. Copilul „se apără" atunci, reacţionând câteodată violent. **Astmul**, **eczemele**, **anginele purulente** sunt tot atâtea „strigăte" pentru a arăta că ceea ce se întâmplă în jurul lui nu îl satisface, că el trăieşte situaţia ca pe o agresiune şi că are nevoie de protecţie (dragoste şi prezenţă), dar fără să fie sufocat.

Ultima semnificaţie care poate fi asociată cu problemele pulmonare este cea a tristeţii, a melancoliei, a supărării, a singurătăţii. Energia plămânului este însărcinată cu aceste sentimente care, atunci când sunt excesive, o epuizează. Excesul de tristeţe sau cultivarea ei pentru a întreţine amintirea a ceva sau a cuiva se poate manifesta printr-o fragilitate a plămânului. Este interesant să ne amintim că marea epocă a romantismului plângăcios (Chateaubriand, Goethe, J.-J. Rousseau, Chopin etc.) a fost şi „marea epocă" a **tuberculozei**.

- ***Pielea***

Este unul dintre organele cele mai interesante şi complete ale corpului uman. Este vorba de singura parte a organismului care se află în relaţie directă cu toate funcţiile corpului şi ale spiritului. Această învelitoare, care măsoară mai mult de doi metri pătraţi, înconjoară întregul nostru corp şi reprezintă un veritabil creier etalat. Ea este irigată, inervată într-un fel absolut remarcabil pe toată suprafaţa sa şi reprezintă un sistem extraordinar de informaţii legat direct de creierul nostru.

Primul rol al pielii este acela de protecţie. Pielea reprezintă bariera faţă de lumea exterioară şi ne protejează de agresiunile microbiene şi materiale (căldură, lovituri, murdărie etc.), aceasta fiind funcţia ei cea mai cunoscută. Ne putem întreba de ce vorbesc despre piele la nivelul sistemului respirator. Deoarece este organul care permite ventilarea cutanată, asistând în acest fel plămânii în timp ce îşi exercită rolul de asimilare a energiei aerului. Mergând mai departe decât simplul schimb gazos, ea primeşte şi transformă razele solare, prin acţiunea sa în cadrul metabolismului, în vitamina D. Mulţumită celor 700.000 de captatori nervoşi, pielea ne permite să simţim mediul înconjurător, fie că este fizic (pipăit), uman (reacţii epidermice, emotive etc.) sau termic (temperatura).

Pielea îndeplineşte, de asemenea, o misiune de asistenţă, deloc de neglijat, a întregului sistem de eliminare din corp. Atunci când rinichii, vezica biliară, intestinul gros, dar şi plămânii sunt obosiţi sau sufocaţi, pielea este cea care preia ştafeta şi ajută la evacuarea, în special prin **transpiraţie**, dar şi prin **mirosuri**, **dermatoze** etc., a toxinelor pe care organismul nu reuşeşte să le elimine altfel.

În sfârşit, este interesant de ştiut că pielea şi, între altele, „pielea muşchilor", adică ceea ce numim „facies", „memorează" toate experienţele şi emoţiile noastre. Fenomenul despre care vorbim ne permite să înţelegem de ce atingerea şi anumite tehnici de masaj, cum este Practica taoistă a Energiilor, au rezultate surprinzătoare, în mod deosebit toate manifestările de ordin psihosomatic.

Pielea este organul corpului cel mai reprezentativ pentru capacitatea de cicatrizare. Acest miracol, ale cărui cauze profunde sunt încă inexplicabile, permite unui „organism" să se autorepare, să se reconstruiască el însuşi, iar fenomenul este uimitor atât prin forţa, cât şi prin eficacitatea sa. Totul se petrece printr-un proces aflat într-un anumit raport cu fenomenele de cancerizare. Acestea ne permit să înţelegem că unele cicatrizări ale traumatismelor, care s-au reali-

Cataracta, care se caracterizează printr-o umbrire, chiar o dispariţie totală a vederii, exprimă frica noastră de prezent sau de viitor, care ni se par sumbre.

Prezbitismul, care se manifestă prin dificultatea de a vedea obiectele de aproape, reprezintă teama noastră de a vedea ceea ce este prezent sau într-un viitor foarte apropiat. Această „boală", care atinge persoanele în vârstă, este, în mod surprinzător, asemănătoare cu memoria, care urmează, în ceea ce le priveşte, acelaşi proces, deoarece ele îşi amintesc din ce în ce mai puţin lucruri recente şi, din contră, din ce în ce mai clar lucruri îndepărtate. Ea se asociază mai ales cu apropierea morţii, care reprezintă o scadenţă pe care nu putem avea „chef să o vedem".

Astigmatismul se caracterizează prin faptul că nu vedem obiectele aşa cum arată, ci „deformate", simbolizând dificultatea de a vedea lucrurile (sau pe noi înşine) aşa cum sunt în viaţa noastră.

• ***Urechile şi suferinţele lor***

Urechile sunt organele auzului. Ele ne ajută să captăm, să primim, apoi să transmitem mesajele sonore. Se află în relaţie cu Principiul Apei şi, prin extensie, cu „originile" noastre. Auriculoterapeuţii pot să „citească" în ele forma unui fetus răsturnat. Conform orientalilor, este posibil să se vadă dacă persoana respectivă este ceea ce numim „un suflet bătrân", adică cineva care „nu se află la prima sa viaţă". Sunetul „creator" a fost prima manifestare în Universul nostru. Urechile ne leagă de propriile origini, fiind unul dintre semnele imortalităţii şi ale înţelepciunii (Buda). Prin extensie, ele reprezintă capacitatea noastră de ascultare, de integrare, de acceptare a ceea ce vine din exterior, căci ne permit *să auzim*, dar şi *să înţelegem*.

Problemele urechilor, zumzăitul, acufenele, surdităţile parţiale, selective sau **totale** sunt semnul că ne este greu să ascultăm (chiar că refuzăm) ceea ce se întâmplă în jurul nostru. Dacă surditatea se manifestă în dreapta, este

în raport cu simbolistica maternă, iar dacă este la stânga, cu simbolistica paternă. Acesta era cazul lui Raphaël, care suferea de otite repetate la urechea dreaptă. Or, mama lui avea tendinţa de a ţipa mai tot timpul şi copilul nu suporta aceste strigăte continue.

• ***Gura şi suferinţele sale***

Gura ne permite să ne hrănim şi, de asemenea, să ne exprimăm. Este poarta deschisă dintre lumea exterioară şi cea interioară, prin care primim alimentele şi, prin extensie, experienţele vieţii, care sunt „alimentele noastre psihologice". Dar ea funcţionează şi în celălalt sens, adică din interior spre exterior. Atunci devine orificiul prin care exprimăm, chiar scuipăm sau vomităm ce există în interior şi are nevoie să iasă.

Gura aparţine atât Principiului Pământului şi sistemului digestiv (etapa Yin), cât şi Principiului Metalului şi sistemului respirator (etapa Yang). Este poarta prin care energiile Pământului (alimente, experienţe) şi energiile Cerului (aer, suflu, înţelegere) pătrund în noi pentru a deveni Energia Esenţială (a se vedea capitolul privind energiile de la pagina 57).

Apartenenţa ei la Principiul Pământului şi la sistemul digestiv înseamnă exercitarea unui rol important nu numai în nutriţia alimentară (hrană), ci şi în cea psihologică (experienţă), iar prezenţa dinţilor simbolizează capacitatea de a muşca din această viaţă şi de a mesteca ce ne propune ea pentru a înghiţi... şi a digera... mai uşor. De aceea, bebeluşii şi persoanele în vârstă nu pot sau nu o mai pot face, singurele alimente care sunt uşor de înghiţit fiind lichidele, adică afectele atunci când este vorba despre nivelul psihologic.

Suferinţele gurii sunt semnul dificultăţii noastre de a „muşca" din viaţă, de a accepta să ingerăm ceea ce ea ne propune, de a mesteca pentru o digerare mai bună. **Aftele, inflamaţiile bucale, muşcăturile** obrajilor sau ale limbii sunt tot atâtea semne că cele ce ni se propun sau ceea ce spunem nu ne satisface. Toate aceste suferinţe pot însemna că

educaţia care ni se dă sau experienţele pe care le întâlnim „nu sunt pe gustul nostru", că au o savoare care ne displace. Ele reprezintă dificultatea de a accepta noi savori, adică noi idei, opinii, experienţe, dar pot, de asemenea, să fie semnul unei saturaţii, al unui exces de experienţă şi, prin extensie, al nevoii de a face o pauză.

• ***Nasul şi suferinţele sale***

Nasul este nu numai orificiul prin care penetrează aerul în corpul nostru, ci şi cel prin care primim mirosurile, adică ceea ce emană lumea manifestată. Graţie lui, avem posibilitatea de a *mirosi*. Este asociat cu Principiul Metalului, al cărui sens este. Respirăm prin nas, lăsând să intre în noi energia aerului, a suflului (Cerul). Nivelul de asimilare a energiilor este deci mai „fin" decât cel al gurii, care permite numai asimilarea nivelului „material" al vieţii. Totuşi, el se află în strânsă relaţie cu aceasta prin miros, care este asociatul esenţial al gustului, dându-i „volum" şi coloraţie. Asocierea gust/miros este la fel de importantă ca aceea a celor doi ochi.

Suferinţele nasului ne atenţionează în privinţa fricii de a lăsa să intre înlăuntrul nostru dimensiunile „fine" ale vieţii, atât în raport cu noi înşine, cât şi în raport cu ceilalţi. Este raportul cu intimitatea, cu acceptarea informaţiilor intime despre noi înşine şi despre celălalt. Aceasta ne permite să înţelegem mai bine, de exemplu, rolul atât de important pe care îl joacă mirosurile în sexualitate, indiferent că este vegetală, animală sau umană. **Sinuzita, nasul înfundat, pierderea mirosului** sunt tot atâtea semne ale dificultăţii de a accepta mesajele, informaţiile „intime" care ne parvin. Nu le „mai putem simţi", ne displac pentru că „miros urât". Or, ce „miroase urât"? Excrementele, putregaiurile, nu şi florile! Ce miroase urât în viaţa noastră, ce este putred sau pe cale de a putrezi în noi? Atât de multe întrebări se pot pune şi tot atât de multe se leagă de atitudinile noastre sau de ceea ce „cultivăm" în noi ori în relaţiile pe care le

stabilim cu celălalt sau asupra valorii pe care o dăm lucrurilor. De fiecare dată când spunem despre un altul „Nu pot să-l simt" sau „Nu pot să-l văd", să ne gândim la *efectul oglindă* şi să reflectăm care este acea partea din noi înşine pe care nu vrem să o mirosim, să o vedem sau să o aducem înapoi.

Probleme legate de miros sau de **absenţa lui** exprimă, de asemenea, fără îndoială, ranchiuni, amărăciuni sau dorinţe de răzbunare, pe care le lăsăm să se coacă şi/sau să mucegăiască în noi. Ele pot, în sfârşit, să însemne că frica de manifestările vieţii şi ale propriei animalităţi este mare, căci viaţa înseamnă şi moarte, excremente şi putreziciune, pe care le găsim insuportabile deoarece le aşezăm lângă noţiuni de valoare. Dar, probabil, uităm prea uşor că cele mai frumoase legume şi cele mai minunate flori cresc pe compost şi că viaţa se hrăneşte din moarte, care nu înseamnă un sfârşit *al vieţii,* ci o trecere *spre viaţă.*

• ***Gâtul şi suferinţele sale***

Gâtul este acea parte a corpului prin care trec două „canale" de alimentare: **esofagul** (hrana materială) şi **traheea** (aerul). Tot aici sunt situate corzile vocale şi amigdalele. În planul din faţa gâtului, în scobitura laringiană, se găseşte o glandă fundamentală, tiroida.

Gâtul este, înainte de toate, locul pe unde înghiţim sau, mai degrabă, ingurgităm ceea ce înfulecăm, permiţând hranei să pătrundă în noi. Un sistem reflex foarte elaborat ne permite selecţionarea alimentului solid şi a aerului, dirijându-le spre un receptacul adecvat fiecăruia dintre ele, stomac sau plămân. Atunci când acest „macaz" nu funcţionează corect, fie ne sufocăm, fie facem aerofagie.

Prin coardele vocale, gâtul este vectorul şi suportul exprimării orale. Vorbele sau strigătele depind de el, acesta fiind deci, în final, poarta sau, mai degrabă, vama care filtrează şi selecţionează intrările şi ieşirile. Cât despre tiroidă, putem spune că este glanda principală de care depind atât

echilibrul creşterii şi al întregului metabolism uman, cât şi dezvoltarea corpului nostru fizic (creştere, greutate).

În energetică, gâtul este sediul ceakrei numite „a gâtului". Acest centru energetic (a se vedea lucrarea mea precedentă, *L'Harmonie des énergies* este cel al exprimării de sine, al felului în care ne poziţionăm faţă de lumea exterioară. El reprezintă capacitatea noastră de a cunoaşte şi a exprima ceea ce suntem şi de a primi ceea ce ne poate îmbogăţi, hrăni şi care ne face să creştem. În sfârşit, este sediul potenţialului de exprimare a propriei creativităţi.

Suferinţele gâtului sunt cele formulate în expresiile „Îmi stă în gât!" sau „Nu pot să înghit asta!". **Pierderea vocii, angina, înghiţitul invers, aerofagia** sunt semnele dificultăţii de a exprima ceea ce gândim sau simţim, deseori din teamă de consecinţele acestor expresii. Atunci, preferăm să oprim lucrurile la „vamă". Aşa apar suferinţe care sunt, prin extensie, indiciile lipsei exprimării de sine, a ceea ce suntem, a calităţilor sau a slăbiciunilor noastre: „Ce nu reuşesc să înghit/să spun?" **Hipertiroidia** (Yang) sau **hipotiroidia** (Yin), de exemplu, exprimă, de cele mai multe ori, imposibilitatea de a spune sau de a face ceea ce vrem. Nimeni nu ne poate înţelege, nu deţinem mijloacele cu ajutorul cărora să facem să „treacă" ceea ce credem, ne este frică de neacceptarea de către celălalt a ceea ce dorim să spunem, ne este frică de forţa sau de violenţa a ceea ce ar putea ieşi. În spatele acestor nonexprimări, se află mereu reţinerea exprimării. Forma Yang manifestă mai ales o dorinţă de revanşă, în timp ce forma Yin exprimă renunţarea în faţa imposibilităţii de a ne exprima.

• ***Alergiile***

Ele sunt reacţii excesive de apărare a organismului faţă de un „agent" exterior, în mod normal banal, fără risc deosebit, dar care este perceput ca agresor, duşman. Praful, polenul, acarienii, parfumurile, fructele etc. sunt tot atâţia

adversari „imaginari", împotriva cărora organismul reacţionează violent pentru a-i distruge sau a-i expulza.

Alergia la fân, cea cutanată, digestivă sau respiratorie ne vorbesc despre dificultatea de a guverna lumea exterioară, care este percepută ca fiind periculoasă sau agresivă. Suntem în faza de apărare, de agresaţi, de victime, dar şi de Ioana d'Arc, împingând agresorul în afara noastră. Suntem reactivi în faţa altora şi primul nostru reflex, indiferent de ce se întâmplă, este o atitudine puternic defensivă, uneori chiar reactivă. Mereu activi, suntem decişi să ne apărăm cu orice preţ. Din acest motiv, „alergicii" nu fac aproape niciodată cancer.

• ***Inflamaţiile şi febra***

Focul este în noi şi trebuie să-şi exercite rolul dublu: să ardă şi să purifice, să alerteze şi să cureţe, să dea naştere căldurii şi să distrugă. **Tendinitele, febra** şi **alte inflamaţii** apar pentru a ne spune că există foc în noi, că există supraîncălzire, folosire excesivă sau inadecvată a unei anumite părţi a corpului. Dar, ca şi pentru alergii, organismul este activ şi, prin focul pe care îl declanşează, caută să alerteze, să cureţe, să purifice zona atinsă. Semnificaţia inflamaţiei trebuie asociată mereu cu aceea a locului unde se produce.

Iată exemplul lui Laurence, care a venit să mă consulte pentru o tendinită la cotul drept. Această inflamaţie exprima dificultatea de a accepta că fiica ei crescuse şi că nu se comporta aşa cum voia ea. Mama nu se dădea bătută şi insista, lansând un „atac" susţinut asupra tinerei, care nu „asculta nimic" şi continua să ducă viaţa pe care o dorea. Acceptarea acestei constatări de către pacientă a pus capăt rapid tendinitei pe care o avea la cot.

• ***Maladiile autoimune***

Sunt afecţiuni în care organismul amestecă mai multe procese care ţin, în acelaşi timp, de alergie, de inflamare şi de dinamica bolii canceroase. Sunt maladii de apărare în care organismul nu-şi mai recunoaşte propriile celule şi

începe să le combată şi să le distrugă ca pe agenţi străini. De exemplu, poliartrita evolutivă este degenerativă, în sensul că nu mai respectă legile naturale de recunoaştere organică.

Aceste afecţiuni ne vorbesc despre incapacitatea de a ne recunoaşte, de a ne vedea sau de a ne accepta aşa cum suntem. Dificultatea de a identifica ceea ce suntem este adesea agravată de căutarea „responsabilităţilor exterioare". Ne luptăm cu lumea care nu ne înţelege, nu ne recunoaşte, nu ne iubeşte, atunci când este vorba, de fapt, de problema noastră. Nu înţelegem viaţa decât în manieră maniheistă şi lucrurile nu pot fi decât bune sau rele şi situaţiile nu se trăiesc decât în termeni de nedrept sau de drept. Această permanentă strategie conflictuală şi de apărare compulsivă duce la propria distrugere, crezând că distrugem lumea pentru a ne apăra şi nu pentru a face rău (a se vedea exemplul lui Dominique în capitolul despre mâini de la pagina 140).

• ***Ameţelile***

Sunt senzaţii de lipsă de echilibru, de pierdere a pământului de sub picioare sau de percepere a reperelor vizuale din jurul nostru, care „se mişcă".

Ameţelile exprimă dorinţa noastră de a stăpâni spaţiul înconjurător şi de a căuta puncte de reper precise, definite şi stabile. Din acest motiv, ele privesc în principal persoanele anxioase sau fals „detaşate". Un instrument esenţial al echilibrului în corp este urechea, mai ales cu acel „fel de nisip" care se află în interiorul urechii interne, a cărei poziţie şi ale cărei mişcări participă în foarte mare măsură la stabilitatea fizică. Or, urechea, care aparţine principiului Apei, reprezintă exact reperele noastre fundamentale.

Frica de a nu stăpâni ceea ce se poate întâmpla sau spaţiul înconjurător se traduce prin ameţeli mai mult sau mai puţin pronunţate, indiferent că sunt directe (ameţeli în spaţii înalte) sau indirecte (situaţii speciale care provoacă aceste ameţeli). Este cazul clasic al vertijurilor resimţite la bâlciuri

sau la practicarea sporturilor în care reperele spaţiale ne sunt perturbate şi mă refer aici, în special, la aikido.

• ***Spasmofilia***

Vezi sistemul nervos autonom de la pagina 180.

• ***Chisturile şi nodulii***

Sunt mici formaţiuni de lichid organic sau de carne închistate în piele sau în ţesuturile organice. În cea mai mare parte benigne, aceste „bule" sau „buzunare" reprezintă induraţii, fixaţii ale memoriilor emoţionale.

Ele ne vorbesc despre tendinţa de a reţine, a întreţine, a întări anumite răni interioare. Ranchiuna, imposibilitatea de a uita sau de a accepta dificultăţile vieţii, induraţiile memoriilor, pe care nu le putem „desface", rănile sau frustrările ego-ului, care nu acceptă, sunt tot atâtea elemente care pot să se exprime prin chisturi sau noduli. În calitate de memorii emoţionale egotice, ele sunt foarte adesea în relaţie cu trăirile sociale sau profesionale. Locul unde aceste chisturi sau noduli apar ne dă, bineînţeles, o informaţie suplimentară asupra tipului de memorie blocată.

• ***Excesele sau luarea în greutate***

Sunt semnul insecurităţii noastre materiale şi afective faţă de viitorul apropiat sau îndepărtat, însemnând că avem dificultăţi în a integra etapele vieţii personale în care ne-am confruntat cu lipsuri sau penurii.

Astfel, ne găsim în prezenţa unui prim tip de insecuritate inconştientă, a unei frici, adesea nesesizate, de a nu ne lipsi ceva. Indivizii simt totuşi nevoia de a stoca pentru cazul în care „le va lipsi (ceva)" sau pentru „a evita din nou lipsurile".

Al doilea tip de insecuritate este faţă de lumea exterioară. Teama că trebuie să o înfruntăm, că riscăm să nu ajungem acolo, că suntem „dezarmaţi" ne aduce în situaţia de a stoca. În plus, „aceasta ne permite să punem ceva «gros» între lume şi noi", să ne protejăm printr-un strat de carne

sau de grăsime. Cei „graşi" sunt, de altfel, adesea tandri şi fragili, având o mare nevoie de a se simţi „asiguraţi".

Ultimul tip de suferinţă care se poate ascunde în spatele luării excesive în greutate este mai insidios şi mai „grav", căci este negativ şi se traduce uneori printr-o tentativă de denigrare faţă de sine însuşi sau de autopedepsire. Aceasta ne permite să ne devalorizăm propria imagine şi să ne spunem: „Vezi bine că nu eşti frumos/frumoasă, nu poţi fi iubit/iubită". Căutăm prin acest mijloc indirect să ne urâţim propria imagine nu numai faţă de noi înşine, ci şi faţă de ceilalţi.

Aceste trei niveluri de semnificaţie au în spate o traumă comună, care este cea a relaţiei afective cu mama (hrana), care nu a fost echilibrată şi pe care căutăm să o compensăm. Atunci când această componentă devine preponderentă, dinamica alimentară – bulimia sau anorexia – devine un mijloc suplimentar de accentuare a mesajului.

• ***Bulimia***

Este nevoia compulsivă şi, câteodată, dominatoare de a înghiţi mâncarea. Se poate ajunge în situaţia ca persoanele atinse de această boală să îşi producă singure voma pentru a putea mânca din nou. Această formă gravă duce direct la depresie dacă nu se aplică un tratament inteligent şi cât se poate de repede de la debutul bolii.

Bulimia ne vorbeşte despre nevoia de a umple un vid existenţial, de a ne gestiona angoasele în fiecare moment prin hrană, care reprezintă primul raport cu viaţa şi cu fiinţa care ne aduce pe lume, ne iubeşte, adică cu mama. Relaţia pe care o întreţinem cu hrana este puternic impregnată de „amintirea" relaţiei cu mama şi de caracterul satisfăcător şi compensatoriu pe care aceasta l-a putut avea.

Fiecare tensiune, frustrare, lipsă, nevoie de compensare sau de recompensare se va face prin mâncare. Frica, incertitudinea de a reîncepe antrenează atitudinea compulsivă şi repetitivă sau stocarea.

• ***Anorexia***

Ea reprezintă fenomenul exact invers. Relaţia de afecţiune cu mama şi reprezentarea sa nutritivă au fost nesatisfăcătoare. Mama „absentă", puţin iubitoare, care nu îşi dorea copilul sau voia băiat în loc de fată (sau fată în loc de un băiat) sunt tot atâtea memorii care devalorizează uneori raportul cu hrana şi o fac să nu mai fie atrăgătoare pentru noi sau, chiar şi mai rău, să ne fie respingătoare. La acest punct, anorexia poate deveni gravă, aducând persoana în cauză la o malnutriţie mortală pentru propriul corp.

• ***Lumbago***

Sunt dureri sau tensiuni resimţite în partea de jos a spatelui, la nivelul vertebrelor lombare, în număr de cinci, care corespund celor Cinci Principii şi celor cinci planuri de bază ale vieţii oricărui individ:

- ❖ cuplul;
- ❖ familia;
- ❖ casa;
- ❖ munca;
- ❖ ţara (regiunea).

Atunci când traversăm o perioadă în care avem dificultăţi în acceptarea sau integrarea schimbărilor care se produc, vertebrele lombare şi *lumbago* exprimă teama noastră nonconştientă sau refuzul acestor schimbări, datorate, de cele mai multe ori, faptului că ne tulbură obiceiurile sau reperele. Acest lucru este greu de acceptat, uneori, fără „crispare".

Lumbago poate, de asemenea, să ne semnaleze dificultatea de a accepta implicarea, mai ales în mediul familial şi profesional. Ne este greu să schimbăm poziţia, atitudinea relaţională.

• ***Sciatica***

Este un fel de „ciupire" a nervului sciatic la ieşirea din coloana vertebrală, la nivel lombar. Ea corespunde aceleiaşi

„trame" ca şi lumbago, totuşi cu o „precizie" suplimentară. Lumbago este o durere „zonală", care vorbeşte despre un resentiment general, în timp ce sciatica este o durere de traiect, poate chiar ambulatorie, a coloanei vertebrale, până la degetul mic. Sciatica apare din cauza unui resentiment mult mai precis, care exprimă, în plus, dificultatea noastră de a evacua, a abandona, în momentul schimbărilor, unele dintre vechile noastre scheme. Sciatica urmează traiectul meridianului Vezicii, care gestionează, la nivel energetic, evacuarea vechilor memorii. Este vorba deci de tensiuni legate de acceptarea schimbării a unuia dintre cele cinci planuri de viaţă despre care am vorbit înainte, cauzată de dificultatea fie de a părăsi definitiv vechi credinţe sau obiceiuri, scheme vechi sau moduri de gândire, locuri unde am găsit un anumit echilibru şi obiceiuri de viaţă materiale sau psihice, al căror confort putea să ne pară suficient.

• ***Durerile de cap şi migrena***

Ele reprezintă adesea dificultatea noastră de a accepta anumite gânduri, idei sau sentimente care ne jenează sau ne constrâng. Stresul, supărarea, parazitajul prin idei „nedorite" sau constrângeri exterioare sunt tot atâtea tensiuni care se manifestă prin dureri de cap sau migrene.

Atunci când urmează un traiect aflat de fiecare parte a capului, plecând de la ceafă pentru a se termina spre tâmple sau în zona ochilor, când nu se răsfrânge direct într-un ochi, simţim o migrenă „hepato-biliară". Aceasta înseamnă că tensiunea este mai mult de ordin afectiv sau că o situaţie este trăită la nivel afectiv, că în cauză este fiinţa. Migrena se află, mai degrabă, în relaţie cu lumea familială sau intimă.

Atunci când durerea de cap este frontală, indică, de cele mai multe ori, că refuzăm gândurile, că manifestăm o încăpăţânare privind ideile actuale şi admise. Ea este legată de lumea profesională sau socială şi de cerinţa acestei lumi în ceea ce ne priveşte.

• ***Părul***

Este guvernat de Principiul Apei. Căderea părului sau decolorarea lui este legată de o importantă trăire a stresului, a unei frici imense de moarte, de fragilitatea vieţii, de precaritatea lucrurilor. Situaţiile actuale de insecuritate profesională se află la originea unui număr tot mai crescut de cazuri de cădere a părului, care era, într-o epocă nu prea îndepărtată, specifică bărbaţilor. În zilele noastre, femeile trăiesc acelaşi stres profesional ca bărbaţii, pierzându-şi de asemenea părul (a se vedea *Cheveu, parle-moi de moi!*[*]

• ***Cancerul, tumorile canceroase***

Sunt proliferări celulare anarhice care apar şi se dezvoltă într-o anumită zonă a organismului. Dacă ele sunt depistate la timp, boala poate fi limitată la punctul de pornire, dacă nu, apar metastazele. Organismul va fi invadat progresiv de celulele canceroase care călătoresc prin sistemul sanguin, iar colonizarea diferitelor părţi ale corpului se face printr-un fel de efracţie în mediul celular ambiant.

Dată fiind gravitatea acestei boli, vreau să amintesc caracteristicile principale ale procesului ei:

- dezordine subterană, inconştientă şi nedureroasă la început;
- dezvoltare anarhică prin pierderea reperelor celulare;
- contaminarea organismului prin circuitul sanguin sau limfatic;
- invadarea organismului prin colonizare;
- colonizarea prin „efracţie" a zonelor atinse;
- final letal prin autodistrugere, dacă nu se intervine.

Aceasta este descrierea întregului proces psihologic ce precede şi pregăteşte terenul pentru maladie. Individul suferă într-o zi un traumatism (sau o acumulare) emoţional sau afectiv important şi îl înmagazinează în el însuşi. Prin forţă, voinţă, educaţie, credinţă sau fugă, el nu lasă să se exprime

[*] *Cheveu, parle-moi de moi*, Éditions Albin Michel, 2002 (n. red.).

în mod real sau nu-şi mai recunoaşte suferinţa şi mai ales pierderea reperelor, distrugerea profundă a credinţei sau a iluziei pe care o reprezintă. Traumatismul este resimţit ca o intruziune, o „efracţie" în structurile interioare, iar unda lui de şoc va coloniza treptat întreaga construcţie psihologică a persoanei. Creşterea interioară a individului va pierde atunci puţin câte puţin toate reperele şi va deveni haotică şi „suicidară" pentru structura fiinţei (inversul procesului „alergic", care face ca individul să fie rareori, pentru a nu spune niciodată, canceros). Tot acest proces se va extinde contaminând capacitatea bucuriei de a trăi şi emoţiile (sistemul circulator), care vor fi impregnate încet-încet cu memoria traumatismului, lăsând progresiv locul unor sentimente sau emoţii care vor „mina" ele însele terenul. Acest fenomen se desfăşoară inconştient, subteran şi fără durere până în ziua în care totul „explodează" şi maladia devine evidentă.

Cancerul este deci distrugerea programării interioare a echilibrului nostru şi se exprimă, în mod special, în prima zonă atinsă. El traduce de cele mai multe ori remuşcări, răni care nu pot sau nu vor să se cicatrizeze şi care, adesea, sunt asociate cu un sentiment de culpabilitate. Este vorba de un fel de autopedeapsă care se vrea definitivă, de un proces de constatare inconştientă a eşecului faţă de propria viaţă sau faţă de alegerile făcute în viaţă. Oare ce am ratat, de ce mă pedepsesc, ce îmi reproşez atât de profund? Se pare că ne aflăm, în orice caz, în prezenţa ultimului strigăt lansat de Stăpânul Interior, pentru că toate celelalte au dat greş ori au fost înăbuşite.

• ***Infirmităţile fizice sau mentale***

În ceea ce priveşte problema infirmităţilor, prea gravă pentru a fi „rezolvată" în câteva rânduri, este important totuşi, cred eu, să căutăm să le dăm un sens. Chiar dacă acest lucru nu atenuează dificultăţile sau suferinţele şi nu rezolvă problemele pe care le ridică, cel puţin ne ajută să nu le mai trăim, dacă suntem (sau nu) noi înşine infirmi, ca pe o

fatalitate sau o nedreptate a destinului, ci, mai degrabă, ca pe o provocare, poate excesivă, nebunească, dureroasă sau nedreaptă, căci există una.

Infirmitatea se înscrie pe axa alegerilor incarnării. Printre „constrângerile" structurale pe care le alegem pentru a ne realiza Drumul în Viaţă, Legenda Personală, unele sunt uneori dure sau dezagreabile. Putem să ne naştem într-o ţară, o familie, o cultură sau o epocă care să fie „uşoare sau dificile" conform nevoilor de experimentare pe care le avem. Naşterea într-un corp infirm sau fabricarea accidentală a unei infirmităţi face parte din dinamica de alegere a incarnării.

Dar ţin să revin cu fermitate asupra sensului pe care îl dăm tuturor acestor situaţii. Viaţa nu este punitivă şi sunt scandalizat de scrierile sau ideile care spun că am venit să plătim greşeli (a se vedea capitolul despre Cerul Anterior şi Nonconştient de la pagina 19). Infirmităţile nu sunt *pedepse*, ci *handicapuri*, şi sensul cuvintelor este primordial aici, căci într-un caz (pedeapsă) înseamnă că nu suntem „buni", iar în celălalt, că suntem „puternici". Cui s-ar da un handicap în timp ce participă la o cursă de atletism? Evident, celor care sunt mai puternici! Viaţa nu este nici vicioasă, nici perversă, ea dă fiecăruia după capacităţi şi, dacă ne încredinţează sarcini anevoioase, o face pentru că ştie foarte bine că suntem capabili (dar şi că avem nevoie) să le depăşim. Ea se pricepe să ne propună încercări pentru a ne determina să le depăşim, dar ştie mereu să le dozeze în funcţie de capacităţile noastre. Şi când spun viaţă, gândesc „noi", căci noi suntem cei care am ales acest handicap în Cerul nostru Anterior sau în Nonconştientul nostru.

Infirmităţile din naştere sunt deci memorii karmice, venind din Cerul Anterior, pe când infirmităţile accidentale sunt alegeri ale Nonconştientului. Dar ele sunt întotdeauna încercări de viaţă „alese" de fiinţe puternice, tari, care doresc în mod „obligatoriu" ca forţa lor să fie utilizată în direcţia păcii, a acceptării şi a iubirii de viaţă, a iubirii faţă de *viaţa lor*, chiar în componentele ei care li se par cele mai

„urâte". Toate acestea ne permit să înţelegem poate mai bine indispoziţia care există adesea în privirile celor „sănătoşi" îndreptate spre cei care sunt infirmi, mai ales ale celor „sănătoşi" care îşi petrec ziua plângându-se de propria lor viaţă.

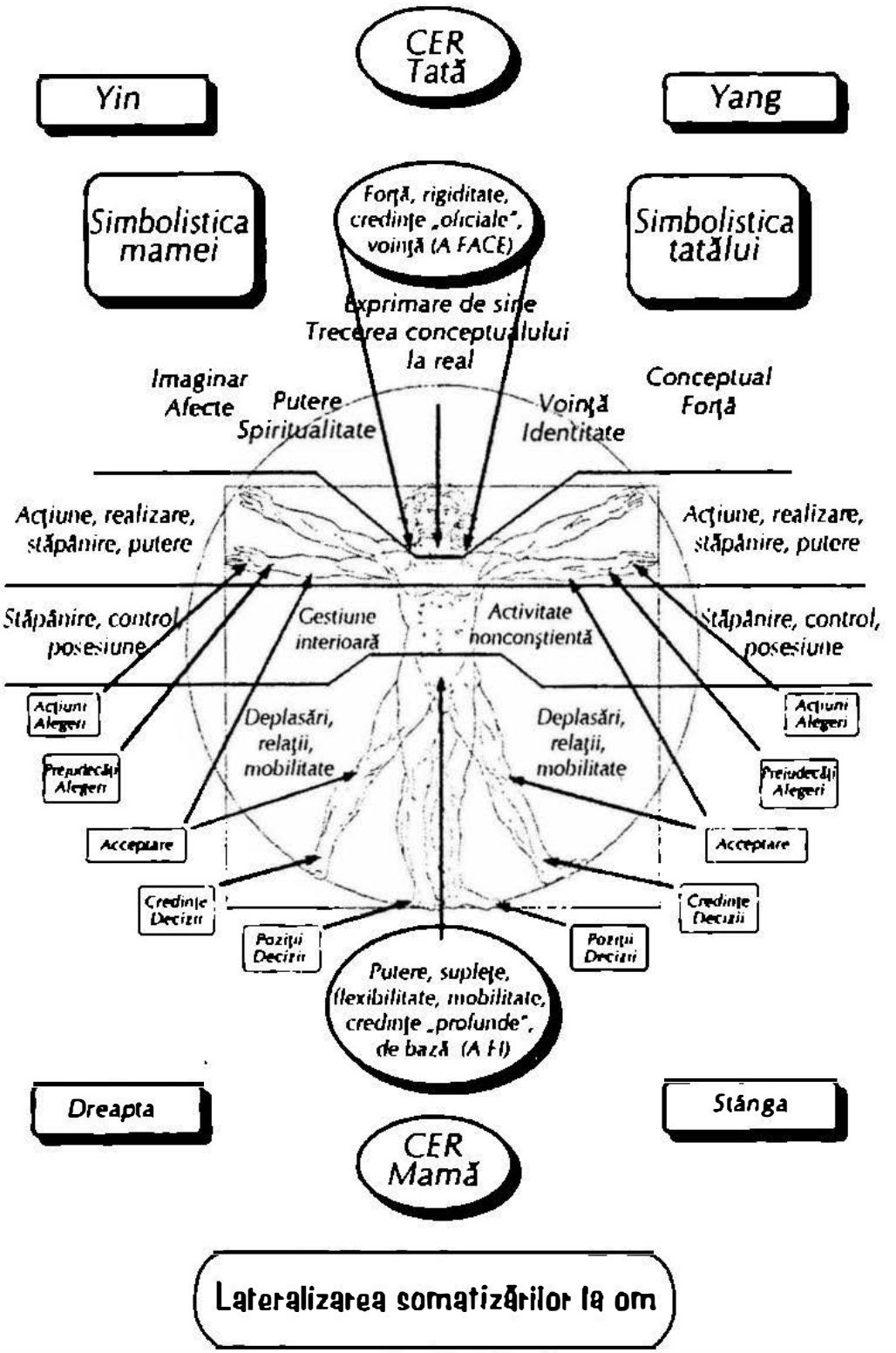
Printre lecţiile pe care viaţa mi le-a dat, există una care a rămas gravată pentru totdeauna în sufletul meu. Mergeam într-o zi pe stradă, într-o perioadă în care întâmpinam dificultăţi benigne, dar pe care le lăsasem să mă invadeze. Mergeam şi îmi repetam în minte ideile negre care mă bântuiau, când privirea mea a întâlnit-o pe aceea a unei fetiţe care venea în direcţia mea şi care mi-a adresat un surâs strălucitor. Pe loc, am fost pătruns de o puternică emoţie, căci micuţa, în vârstă de opt sau nouă ani, era o negresă (de culoarea ideilor mele) cu un handicap la ambele picioare (şi problemele mele erau de ordin relaţional). Mergea cu cârje, sprijinindu-se pe două picioare articulate, iar imaginea pe care mi-a transmis-o, deşi fetiţa avea toate motivele să se îndoiască de frumuseţea vieţii, era plină de viaţă, de bucuria de a trăi şi de lumină. Ce palmă am primit, ce lecţie am înţeles când, într-o secundă, am decodat Limbajul Vieţii şi mesajul ei! Cine eram eu ca să mă plâng de viaţă, de propria mea viaţă? Este o lecţie pe care persoanele infirme ne-o dau în permanenţă.

La cabinet, primesc în mod regulat catalogul lucrărilor unui grup de handicapaţi care „pictează ajutându-se de gură sau de picioare", neavând braţe, iar unii, nici picioare. Or, toate picturile sau obiectele pe care le fabrică sunt mereu pline de viaţă, de simplitate, de dragoste şi de speranţă.

Deci infirmităţile sunt alegeri de incarnare de depăşit chiar de cei care au făcut aceste alegeri, dar sunt, de asemenea, oportunităţi de a evolua pentru toţi cei care „suntem sănătoşi". Ele sunt destinate să ne înveţe dragostea, toleranţa, acceptarea şi umilinţa...

Vom rezuma într-o schemă sinoptică interacţiunile corp/spirit. Veţi putea astfel regăsi toate marile axe simbolice ale diferitelor părţi ale corpului uman, obţinând astfel un

mijloc simplu de a regăsi sensul suferinţelor (cuvinte?) sufletului. Voi încheia simplu, citând un proverb chinezesc: „Atunci când cădem, nu piciorul este cel care greşeşte".



Lateralizarea somatizărilor la om

Până când astăzi nu devine mâine, nu vom cunoaşte binefacerile prezentului.

Proverb chinezesc

Încheiere

Concluzia cu care doresc să-mi închei lucrarea este, mai degrabă, o introducere. Cea mai fierbinte dorinţă a mea este ca această carte să devină, pentru fiecare cititor, o introducere în viaţă şi în încrederea în această viaţă cu ajutorul punctului de vedere diferit pe care îl propun. Constatarea că ceva ne vorbeşte cu ajutorul corpului nostru şi că, în acelaşi timp, nimic nu aparţine hazardului ar putea să ne sperie sau să ne facă să credem în fatalitate. De fapt, este invers şi trebuie să înţelegem, aşa cum spune alchimistul lui Paulo Coelho, că „dacă Cerul ne dă cunoaşterea viitorului, o face ca acesta să poată fi schimbat". Dacă viaţa comunică intens cu noi şi exprimă prin intermediul corpului nostru ceea ce nu merge, o face, de asemenea, ca să putem schimba ceva înlăuntrul nostru.

Evoluţia fiinţei începe printr-o „luare la cunoştinţă" despre ceea ce este şi ceea ce face. Această etapă, fundamentală şi necesară, poate fi iniţiată prin înţelegerea mesajelor care vin de la Stăpânul sau de la Ghidul nostru Interior, nefiind totuşi suficientă în sine. Ar fi simplist să reducem suferinţa altuia sau a noastră spunând „Din cutare sau cutare motiv şi pentru că a ales să trăiască în acest fel". Ar fi stupid

şi ar „fataliza" negativ planul conştient al indivizilor, făcându-i incapabili să muncească la schimbările memoriilor lor profunde şi inconştiente. Responsabilitatea totală a fiecăruia faţă de alegerile lui de incarnare şi de viaţă nu autorizează niciun comentariu. Conformitatea cu „legea Vieţii" nu trebuie să fie judecată de nimeni, căci nimeni nu-i cunoaşte toate detaliile. Se cuvine ca fiecare să-şi vadă de treaba lui şi lumea va fi bine. Călugărul taoist Mong Tseu spunea adesea: *Marele defect al oamenilor este acela de a-şi părăsi pământul pentru* a *merge să scoată neghina de pe câmpul altora.* Această frază conţine două idei: prima corespunde viziunii „paiul din ochiul altuia" şi a doua este a greşelii care constă în a vrea să-i schimbi pe ceilalţi sau în a face lucrurile în locul lor „crezând că-i ajuţi". Noi avem ca prioritate sarcina vieţii care ne-a fost încredinţată. Administrând-o mai bine, strălucirea noastră creşte din ea însăşi şi poate schimba lumea.

Conştientizarea nu este suficientă nici ea pentru a face să ne dispară, în mod miraculos, suferinţele din corp, atunci când credem că am înţeles cuvintele sufletului. Ea trebuie urmată mereu de o muncă de *trezire a conştiinţei,* de un demers de cugetare profundă şi sinceră la comportamentele şi poziţiile noastre de viaţă. Doar atunci vom putea să implicăm schimbările necesare şi uneori dureroase pentru a elibera energiile „rău" condensate în noi şi care ne fac să suferim. Trebuie acceptate mesajele care vin şi semnificaţiile lor, evitând confuzia posibilă între „a-şi asculta sinele şi corpul" şi „a se asculta".

„A ne asculta" constă în a căuta strigătele corpului şi a ne înduioşa de ele, făcând din suferinţa şi din tensiunea care le însoţesc un mod de viaţă care ne dă impresia că existăm. Această utilizare perversă a durerii şi a suferinţei, semn al lipsei de afecţiune şi al căutării unei recunoşteri infantile, ne permite să ne plângem sau să fim luaţi în grijă de alţii. Atunci nu avem niciun interes ca situaţia să se schimbe...

„A-ţi asculta sinele şi corpul" înseamnă a fi pregătit să primeşti mesajele Stăpânului sau ale Ghidului Interior pentru a te schimba şi a face ceea ce trebuie ca să „evoluezi". Rezultatul acestui demers este inversul celui precedent. Tensiunea şi suferinţa vor face parte din ce în ce mai puţin din viaţa noastră. Vom avea nevoie din ce în ce mai puţin să vorbim **despre** noi înşine, căci ne va fi mult mai uşor să comunicăm **cu** noi înşine. Schimburile noastre cu exteriorul, mai puţin parazitate de evacuările tensiunilor, de stres sau de emoţii, vor deveni atunci din ce în ce mai îmbogăţite şi purtătoare de „adevăr".

Drumul este uneori lung înainte de a putea anclanşa procesul de eliberare care inversează totul în noi şi ne poate conduce la „vindecare". Adesea, ceilalţi (prieteni, medici, psihologi, terapeuţi, ghizi spirituali) ne pot ajuta şi câteodată chiar *îngriji*. În schimb, noi suntem singurii care ne putem **vindeca**. Această vindecare poate fi simplă şi rapidă, dacă simptomul este benign, şi mai dificilă dacă boala este profundă, considerată incurabilă. Dar depinde întotdeauna de decizia noastră profundă de a ne vindeca sau nu. Această decizie, luată în afara oricărei dorinţe conştiente, aparţine fiecăruia dintre noi şi nu trebuie să fie estimată sau înţeleasă prin criterii umane sau emoţionale. Credinţa sinceră în capacitatea noastră de a ajunge acolo poate să ne ajute mult în munca de eliberare. Ultimul element este, în sfârşit, ceva indefinit, ascuns în profunzimea noastră, a cărui putere fabuloasă se revelează adesea, deoarece face miracole în fiecare zi: Viaţa...

Este de meditat şi de păstrat în sine ca o deschidere, ca un far pe Drumul, câteodată desfundat, al Vieţii. Succes fiecăruia spre Legenda sa Personală...